

# Bičiulystė


**Automobilio rankinis valdymas**
**ADAPT**

**TEIDA**
**Naujiena!**

 www.NeigaliojoVezimelis.lt  
 Nemokamas tel. 8 800 00899

2019 m. sausio 17–23 d., Nr. 2 (1441) Savaitraštis leidžiamas nuo 1990 m. spalio mėn. Kaina 0,66 Eur



Neįgaliųjų reikalų departamento direktorė Asta Kandratavičienė patikino: tyrimo išvados taps postūmiu ieškoti susikaupusių problemų sprendimo.

## Siūloma tobulinti socialinės rehabilitacijos paslaugų projektus

### Integracijos keliu

Socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektai – pagrindinis neįgaliųjų nevyriausybinėse organizacijose lėšų šaltinis. Praėjusių metų pabaigoje visų šalies savivaldybių socialinės paramos skyrių darbuotojai ir bent vienos šias paslaugas teikiančios neįgaliųjų organizacijos atstovai buvo pakviesti dalyvauti visuomenės nuomonės ir rinkos tyrimų centro „Vilmorus“ atliekamame tyrime „Neįgaliųjų socialinės rehabilitacijos paslaugų problemos“. Neįgaliųjų reikalų departamento užsakymu buvo siekta išsamiai išanalizuoti socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje situaciją, sužinoti žmonių nuomonę, išgryninti spręstinas problemas.

#### Finansavimo modelis pasiteisino

Tyrimo iniciatorės buvo nevyriausybines organizacijas. Jų tikslas buvo sužinoti, kaip vertinamas socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektų finansavimo modelis – ar pasiteisino dabartinis, kai projektai finansuojami per savivaldybes, ar vis dėlto vertėtų grįžti prie buvusio, kai lėšas skirstydavo Neįgaliųjų reikalų departamentas per skėtines organizacijas.

Iš „Vilmorus“ direktoriaus Vlodo Gaidžio pristatytos tyrimo ataskaitos paaiškėjo, kad dauguma – 60 proc. – socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektų vykdytojų pirmenybę teikia jų atrankai ir finansavimui per savivaldybes. Tokią nuomonę palaikė ir beveik pusė – 49 proc. – savivaldybių socialinės paramos skyrių darbuotojų.

Savo pasirinkimą neįgaliųjų organizacijos grindė tuo, kad savivaldybių administracijos žino

paslaugų gavėjus; organizacijos ir savivaldybės glaudžiau bendradarbiauja, savivaldybės skatinamos labiau gilintis į žmonių su negalia problemas, paslaugos finansuojamos decentralizuotai, yra arčiau žmogaus, savivaldybės geriau žino, kokių paslaugų reikia neįgaliesiems bendruomenėje. Tokius pačius šio finansavimo modelio privalumus įvardijo ir savivaldybių darbuotojai. Tiesa, jie dar pažymėjo, kad projektus finansuojant per savivaldybes tikslingiau panaudojamos lėšos.

Projektų finansavimui tiesiogiai iš Neįgaliųjų reikalų departamento per skėtines organizacijas pritarė tik 32 proc. neįgaliųjų organizacijų ir 39 proc. savivaldybių darbuotojų.

#### Turi pastabų projektams

Nors dabartiniam finansavimo modeliui neįgalieji pritarė, vis dėlto patiems projektams išsakė nemažai pastabų. Klausiamos apie socialinės rehabilitacijos projektų konkurso etapus (paraiškų teikimą, projektų atranką ir vertinimą, jų tikslinimą, įgyvendinimą, atsiskaitymą), neįgaliųjų organizacijos geriausiai įvertino atsiskaitymo už projektus, blogiausiai – projektų atrankos ir vertinimo etapus.

Neįgaliesiems pritarė ir savivaldybių darbuotojai – jų nuomone, silpniausios šio proceso grandys – projektų atranka ir vertinimas bei jų kontrolė. Pasak jų, reikėtų aiškesnių vertinimo kriterijų, paprastesnės vertinimo procedūros, pratęsti

(nukelta į 5 psl.)

## Užimtumo tarnyboje – daugiau dėmesio neįgaliesiems



Vilniaus klientų aptarnavimo departamento direktorė Inga Balnanosienė.

### Tolerancijos link

Užimtumo tarnybos Vilniaus klientų aptarnavimo departamento direktorė Inga Balnanosienė įsitikinusi, kad Užimtumo tarnyba pakeitė ne tik pavadinimą. Vienas iš didžiausių pokyčių – tai, kad neįgalieji dabar sulaukia daugiau dėmesio – su jais dirba atvejo vadybininkai, kurie gali ne tik užregistruoti, bet ir išsamiai išsiaiškinti poreikius, padėti įgyti tinkamą kvalifikaciją ir įsidarbinti.

#### Kokių pokyčių neįgalieji gali pajusti Darbo biržą pakeitus Užimtumo tarnybai?

Pokyčiai prasidėjo daug anksčiau. Apie juos buvo diskutuojama su neįgaliųjų organizacijomis, kurios teigė, jog negalių turintiems žmonėms reikia skirti daugiau laiko, kad jiems būtų naudinga asmeninio asistento paslauga. Taigi dabar į Užimtumo tarnybą užėjęs žmogus bus priimtas visai kitaip – jis bendraus su atvejo vadybininku, kuris yra subūręs socialinių partnerių ratą, turi didelį įdarbinti galinčių įmonių sąrašą. Atvejo vadybininkas skirs kur kas daugiau laiko konkrečiam žmogui – netgi paskambins darbdaviui, prireikus gali palydėti į įmonę.

**Gal galite detaliau papasakoti, kaip Užimtumo tarnyba gali padėti negalių turinčiam žmogui?**

Pačiam žmogui susirasti darbą gali kliudyti įvairūs barjerai: visuomenės požiūris, negalios pobūdis, žema savivertė, socialinė aplinka, šeima. Jei žmogaus negalia nėra labai didelė, darbingumas ribotas nedaug, manoma, kad jis pats pajėgus ieškoti darbo arba pasirinkti profesiją. Jei darbingumas ribotas labiau, apsilankius Užimtumo tarnyboje atliekamas galimybių darbo rinkoje įvertinimas. Pokalbio metu vertinami ne tik lengvai įrodomi dalykai (žmogaus išsilavinimas, darbo pageidavimai, patirtis), bet ir kiti aspektai: pasirengimas keisti profesiją, būti mobiliam, darbo paieškos įgūdžiai, socialinė aplinka ir pan. Jei minėti įgūdžiai silpni, į procesą įsijungia karjeros konsultantas, kuris aiškina žmogaus poreikius, polinkius, kompetencijas. Pagal tai ir pasiūlomas užimtumas. Vieniems gali būti rekomenduojama pasimokyti, t.y. įgyti naujų kompetencijų ir kvalifikacijų, didelė tikimybė, kad bus pasiūlyta netgi darbo vieta. Kiti pasirodo turintys gebėjimų pradėti savo verslą, jiems bus siūloma pasinaudoti parama. Konsultantas ne tik patars, bet ir bendraus su žmoguiu tol, kol tas verslas pradės veikti.

Galiu pateikti pavyzdį, kaip Užimtumo tarnyba padėjo įsidarbinti autizmo sutrikimą turinčiam vaikiniui, kuriam buvo sunku pritaipyti, rasti darbo. Tereikėjo darbdaviui paaiškinti, kad autistiški žmonės gali būti

(nukelta į 5 psl.)



NVO atstovai turėjo klausimų tyrėjams.

Šiame numeryje:

- ✓ Kaip susitaikyti su neįgalumu? ..... 4 psl.
- ✓ Buriuoja net nevaldydama galūnių ..... 7 psl.



Apie tai  
kas jaudina



## Langas į ateitį?

Gal kada mąstėte, kokia ateitis jūsų laukia? Tokie klausimai žmonėms neduoda ramybės visais laikais.

Įvairių sričių specialistai tyrinėja pasaulines tendencijas ir bando prognozuoti ateitį. Nors kai ką nuspėti pavyksta, kartais prašauama pro šalį, ir net smarkiai. Pavyzdžiui, 1912 metais bevielio telegrafo išradėjas Gulielmas Markonis pranašavo: „Bevielių technologijų eroje karas taps neįmanomas.“ O štai vienos anglų įrašų studijos atstovas 1962–aisiais atsisakė sudaryti kontraktą su „Bitlais“, nes buvo įsitikinęs, kad gitarų grupės greitai išnyks.

Nemažai žmonių mano, kad žinių apie ateitį gali suteikti antgamtinės jėgos. Kai kas tiki astrologijos (tariamą mokslo apie dangaus kūnų įtaką žmogaus gyvenimui) atstovų pranašavimais. Senovėje juos labai vertino karaliai, norėdami pasipuikuoti prieš kitų valstybių valdovus. Jei orakulas ateities nuspėdavo, pasiūsdavo jį myriop.

Nepaisant mokslininkų įrodymų, kad orakulų pranašystės visuomet dviprasmiškos, todėl ir bevertės, sunku radikalių pažiūrų aklatikius perkaltėti. Jie nenori suprasti, kad planetos ir žvaigždės neskleidžia jėgos, galinčios veikti žmones. Pranašystės dažniausiai būna bendro pobūdžio ir gali tiktai bet kuriam skaitytojui.

Sakoma, kad Zodiako ženklai kai ką atskleidžia apie asmens būdą. Vis dėlto žmonių, gimusių tą pačią dieną, charakteriai skiriasi, gimimo data čia neturi jokios reikšmės. Su astrologų teiginiais lengvai galima susipažinti žiniasklaidoje – jų išmintims sleisti dažnai atrežiamas nemažas laikraščio ar žurnalo plotas. Neatsilieka ir interneto portalai. Argi neįdomu lengvatikiui sužinoti, pavyzdžiui, kad geras ženklas – netyčia sudaužyti indą su vandeniu: įgysi turto, gausi pinigų, blogas ženklas – sapnuoti plaukų kirpimą: gresia liga ir t.t. Neseniai į Lietuvą buvo atvykęs kažkoks Lučinas. Jis tik iš nuotraukų „įtikinamai“ viešai skelbė apie mūsų politikų, daugiausiai kandidatų į prezidentus, savybes. Vieni tokius patarimus priima už gryną pinigą, kitiems tai tik kalambūras, komiškas žaismas.

Kur kas mažiau reklamos sulaukia būrėjai, aiškia-regiai, nors lankytojų gausa nesiskundžia. Viena pranašė gyrėsi, kad prie jos namų dažnai nutįsta automobilių vilkstinė, net su diplomatiniais numeriais. O kiek ateina pėsciomis – sunku ir suskaičiuoti. Žmogaus ateitį būrėjai bando „nustatyti“ iš arbatos ir kavos tirščių, naudodamiesi taro kortomis, křištoliniu rutuliu, kauliukais, pasitelkę numerologiją, „skaitydami“ iš delno bei kitais būdais.

Pranašavimai, gauti skirtingais „įrankiais“, dažnai vieni kitiems prieštarauja. Net doviųjų būrėjų, naudojančių tuos pačius metodus, atsakymai gerokai skiriasi, nes jie labiau stebi žmogaus reakciją, negu savo kortas ar rutulį. Žodžiu, pranašas yra gerai apmokamas manipulatorius, imituotojas, suprantama, turintis psichologinių žinių.

Tikintieji turi savo argumentą, kodėl reikia vengti astrologijos ir būrimo – Dievas smerkia visus ateities spėjimo būdus. Šventajame Rašte skaitome: „Tenebūna rasta tarp jūsų nė vieno, kuris užsiima būrimu, arba yra žynys ar burtininkas, ar raganius, ar kerėtojas, arba tariasi su vaiduokliais bei dvasiomis, arba teiraujasi mirusiųjų. Juk kas tik tokius dalykus daro, tas pasibjaurėtinas Viešpačiui.“

Kas atsitiktų, jei būtų sukurtas langas, pro kurį žiūrėdamas žmogus galėtų pamatyti savo ateitį? Tikriausiai kiltų suirutė – vieni tik džiaugtųsi, kiti tik verktų. Išauštų beprasmiškos dienos.

Per vieną Lietuvos televiziją buvo rodomas mistinis filmas „Žvilgsnis į ateitį“. Ten rodoma, kaip žmonės trumpam praranda sąmonę, tačiau jie sužino, kas atsitiks jų gyvenime per artimiausią pusmetį. Pagrindinis filmo veikėjas po seanso prabyla: „Žinoti ateitį – tai prarasti gyvenimo džiaugsmą.“

Vokiečių rašytojas Augustas Platenas (1796–1835) rašė: „Suprasti, kas teisinga, jausti, kas gražu, norėti, kas gera – išmintingo gyvenimo tikslas.“

Algimantas Jardauskas

## Bendruomenė: mūsų stiprybė – vienybėje

### Kaišiadorys:

## Darbai veja darbus



Neįgaliųjų ansambliai – dažni svečiai įvairiuose Kaišiadorių renginiuose.

□ **Jonas Katkevičius** atsiuntė laišką, kuriame pasakoja apie Kaišiadorių rajono neįgaliųjų draugijos veiklą.

Toks jau mūsų laikas. Nespėji atsipeikėti nuo praėjusių metų išpūdžių ir darbų ir vėl naujieji.

Stanislava Globienė jau ketvirtus metus vadovauja Kaišiadorių rajono neįgaliųjų draugijai. Į ataskaitinį susirinkimą, kuris įvyko gruodžio pabaigoje Kaišiadorių miesto kultūros ir meno centro salėje, susirinko gausus būrys šios draugijos narių. Į susirinkimą atvyko savivaldybės administracijos direktorius Antanas Lukoševičius, Socialinės paramos skyriaus vedėja Eglė Mockevičienė ir specialistė Rita Taraurienė, Kaišiadorių miesto seniūnė Giedrė Pavasarytė, visuomeninio komiteto „Vardan Kaišiadorių krašto“ nariai Česlovas Neviera, Antanas Cikanavičius.

Draugija vienija 444 neįgaliuosius. 45 proc. iš jų – darbingo amžiaus, 55 proc. – pensinio amžiaus, 34 proc. Neįgaliųjų draugijos narių gyvena kaimo vietovėse. Per šiuos metus į draugiją įstojo 22 nauji nariai. Taip savo ataskaitinį pranešimą pradėjo draugijos pirmininkė S. Globienė. Išėjusius Anapilin narius susirinkusieji pagerbė tylos minute.

Pagrindinis draugijos tikslas – teikti socialinės

reabilitacijos paslaugas neįgaliesiems, stengtis padėti jiems atkurti savarankiško gyvenimo įgūdžius, sudaryti galimybes dalyvauti visuomeniniame gyvenime ir kultūrinėje veikloje.

2018 metais buvo įgyvendinamas neįgaliųjų socialinės integracijos per kūno kultūrą ir sportą projektas, apie 40 Neįgaliųjų draugijos narių lankėsi aktyviose fizinėse treniruotėse Kaišiadorių kūno kultūros ir sporto centre. Užsiėmimus vedė trenerė Solveiga Sausdravienė.

Sunku būtų nuosekliai išvardinti visus darbus, kuriuos draugija nuveikė per praėjusius metus. Įgyvendinant socialinės reabilitacijos paslaugų projektą neįgaliesiems pagelbėta apsirūpinti medikamentais bei įvairiomis pagalbiniomis priemonėmis, išdalinta iš Maltos ordino gauta labdara, negalintys vaikščioti ligoniai buvo aprūpinami prekėmis ir spauda. Daug žmonių į draugiją ateina tiesiog pasiguosti, išsikalbėti, pabendrauti.

Draugijoje veikia 4 amatų būreliai, kuriuos lanko 77 žmonės. Kaišiadoriečiai gana dažnai gali pamatyti įvairių jų dirbinių.

Nemažai rūpesčio organizacijos vadovei ir tarybai sukelia turimas žemės plotas. Draugija turėjo 11 ha

žemės, realiai naudojosi tik 2 ha. Laukas stovėjo apleistas. UAB „Geosoma“ sutiko su didele nuolaida atidalinti norimą sklypą. Jau įmokėjome 150 eurų draugijos lėšų, liko dar 550 eurų. Kreipėmės į rajono savivaldybės tarybą finansinės pagalbos šioms darbams, bet lėšų mums neskyrė.

Šiuo metu draugija turi du vokalius ansamblius. Jiems vadovauja Liutauras Milišauskas. Surengta ir dalyvauta jau per dešimt koncertų.

Per ataskaitinį laikotarpį buvo suorganizuotos kelios ekskursijos. Draugijos nariai apsilankė Kauno zoologijos sode, Pažaislio vienuolyne, dalyvavo ekskursinėje edukacinėje programoje Šaulių saldainių fabrike „Rūta“, kur patys bandė gaminti šokoladą. Pakeliui užsuko ir į Kryžių kalną. Draugijos nariai vyko į Klaipėdos delfinariumą, pakeliui apsilankė Klaipėdos zoologijos sode. Tap pat buvo organizuotos



Neįgaliųjų draugijos nariai „Rūtos“ fabrike gamina saldainius.

## Literatų klubo nariams įteikti pažymėjimai



Popietėje skaitytos eilės, dalytasi mintimis.

žodžiai. Labiausiai širdin įstrigo Onutės Varnienės, Virginijaus Kalvėno, Ritos Balčiūnienės mintys. Už

kūrybingumą ir išradin-gumą jie buvo apdovanoti.

Klubo nariai ir svečiai sulaukė staigmenos. Ka-

ekskursijos į Punksą, vėl apsilankyta Druskininkuose ir dar keletose objektų.

Nemažai darbų atlikta ir draugijos buveinėje. Ji baigta remontuoti, įvestas vandentiekis, įruošta virtuvėlė. Norisi padėkoti visiems, kurie padėjo, rėmė finansiškai. Negalima nepaminti ir daug pagalbėjusių Maltos ordino darbuotojų. Dabar draugijos patalpose užtenka vietos ne tik būrelių veikloms, bet ir mokymams.

Neįgaliuosius draugija savo transportu veža į gydymo įstaigas. Teikiant šias paslaugas buvo nuvažiuota beveik 36 tūkst. kilometrų, suteikta per 1500 paslaugų.

Negalima nepadėkoti mūsų draugijos nariui ūkininkui iš Pyplių kaimo Bernardui Rakauskui – jis dovanoja savo išaugintų skanių bulvių. Daržovėmis pasidalijo ir žiezmarietis Antanas Juršė. Mūsų buveinės patalpos išpuoštos būrelio, kuriam vadovauja Dalia Sinkevičienė, narių darbais ir paveikslais.

Susirinkusiuosius pasveikino jau minėti valdžios ir visuomeninių organizacijų atstovai. Ūkininkas, savivaldybės tarybos narys Antanas Cikanavičius pažadėjo padėti draugijai apdirbti turimą žemės plotą. Susirinkusiuosius savo dainomis džiugino meno kolektyvai „Gąbija“ ir „Svajonė“. Po koncerto visi nuoširdžiai bendravo prie darbo puodelio.

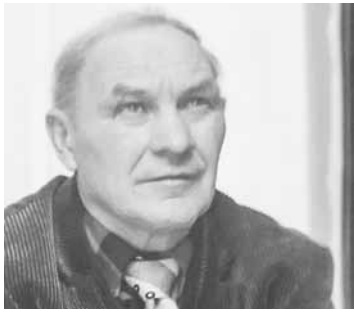
dangi visi Kalėdų Seneliai ir Snieguolės būna labai užsiėmę, susirinkusiuosius išradingai pasveikino Vienuolė ir Magas. Jie klubo nariams įteikė dovanų, kurias su didžiule meile paruošė klubo narė O. Varnienė.

Netilo sveikinimo kalbos ir žodžiai. Visuomet įdomu išklausti pamokančias mokytojos Vlado Balbierienės mintis ir pastabas. Malonu, kad į klubo renginius atvyksta ir meras Valdemaras Valkiūnas.



Panevėžio r.:

## Padėti kitam – svarbiausia pareiga



J. Sokas visada pasirengęs padėti.

Panevėžio rajone, Upytėje, gyvenantis Juozapas Sokas ką tik paminėjo gražią gyvenimo sukaktį – 70-ąjį jubiliejų. Suvažiavo, suėjo vaikai, anūkai.

Jubilieato nepamiršo ir bičiuliai iš Panevėžio rajono neįgaliųjų draugijos. Pirmininkė Aurelija Petronienė negaili gerų žodžių. Pasak jos, draugija didžiuojasi Juozapo nuoširdumu ir altruistiškumu, gerbia jo stiprybę. Tai žmogus, kuris visada išties ranką, patars, niekada neatsisakys padėti. Vieniems laukelį savo traktoriumi suars, kitam malkų iš miško parveš, trečią neįgaliojo vežimėliu į bažnyčią pavėžės. O kad nereikėtų rūpintis, kaip rateliuose sėdinčiam žmogui į vidų patekti, su Upytės kunigu dr. Gediminu Jankinu ir kitas vyrais sutarę medinę nuvažą prie bažnyčios durų sukėlė.

Didžiąją gyvenimo dalį J. Sokas praleido už traktoriaus vairo. Iš čia ir profesinė liga, ir negalia. Nuolatinė vibracija pakenkė klausai, stubure susiformavo trys išvaržos, ką tik atlikta dešinės kojos menisko operacija. „Jau reikėtų tą kelio sąnarį keisti, kremzlės visiškai susidėvėjusios, – pasakoja Juozapo žmona Jadvyga. – Bet pirmiau reikia gydyti peties skausmą – visai rankos pakelti negali.“

Juozapui skauda ne tik kūną, bet ir širdį – kaimynams, bičiuliams „ne“ pasakyti nemokantis vyras turi riboti savo pagalbą

Jurbarkas:

## Visuomet prisiminsime

□ „Bičiulystei“ atsiųstame laiškelyje Janina Pranaitienė pasakoja apie prasmingą popietę.

Sausio 11-osios rytą Jurbarko rajono neįgalieji rinkosi į savo draugijos patalpas paminėti 1991 m. Sausio 13-osios įvykių. Kiekvienam atvykusiam buvo prisegtas neužmirštuolės žiedelis – atminties simbolis.

Draugijos pirmininkė Vida



Jurbarko neįgalieji eilėmis paminėjo Sausio 13-ąją.

kitiems. Iki operacijos netoliese gyvenančiam Vytautui Strunevičiui daug daugiau galėjo padėti. 50-metį vyrą ištiko insultas, 12-ti metai, kaip iš patalo nesikelia. „Žmona turėjo darbo atsisakyti, kad galėtų juo rūpintis. Bet vyriškos pagalbos vis tiek prireikia“, – pasakoja Jadvyga. Pasak jos, Juozapas ilgai lankė, globojo ir dar vieną (jau iškeliavusį Anapilin) neįgaliojo vežimėliu judėjusį kaimyną.

Nuo 2000-ųjų Panevėžio rajono neįgaliųjų draugijai priklausantis vyras įsitikinęs, kad padėti vienas kitam, ypač už save silpnesniam – svarbiausia kiekvieno draugijos nario pareiga. Juk tam ši draugija ir susikūrusi.

Upytėje atsidarius paslaugų centriukui, atsirado daugiau veiklos ir neįgaliesiems: vyksta įvairūs rankdarbių, muzikos terapijos užsiėmimai, mankštos ir pan. J. Sokienė negalios neturi, bet nario mokesį moka kaip draugijos rėmėja, todėl gali naudotis jos teikiamomis paslaugomis. Sokų šeima patenkinta draugijos pirmininkės A. Petronienės organizuojamomis išvykomis, ekskursijomis, poilsiu prie jūros.

Ūkiškai gyvenantys žmonės labai vertina galimybę bent trumpam atitrūkti nuo savo darbų. Kažkada 10 ha žemės turėję Sokai savo ūkį susimąžino iki 2 hektarų. Sveikata nebeta, o ir metų našta vis sunkėja. Ūkininkais netapo nė vienas iš trijų sūnų, kitą gyvenimo kelią pasirinko ir jaunėlė dukra. Nė apgailestauja dėl to Sokai. „Nė vien hektarais žmogaus turtas matuojamas. Mes esame turtingi kitkuo – keturis vaikus ir dvylika anūkų su Juozapu užauginom. Nedažnas tokiu turtu pasididžiuoti gali“, – šypsosi jubilieato žmona Jadvyga.

Aldona DELTUVAITĖ

Pieniutienė dar kartą priminė kruvinąją Sausio 13-osios naktį, 14 žuvusių laisvės gynėjų autobiografijas. Daug buvo sužeistų, nes prieš sovietinius tankus stėjo beginkliai žmonės.

Jurbarko rajono neįgaliųjų draugijos literatų klubo „Versmė“ narės Aušra Brazaitytė, Olė Borkertienė ir šių eilučių autorė paskaitė eilėraščių apie Sausio 13-ąją, tėvynę. Dar ilgai susirinkusieji kalbėjo apie tos nakties žiaurumus.

Dėkojame Sausio 13-osios gynėjams už apgintą laisvę.

## Projektas „Mes – gamtos vaikai“



Šeduvos gimnazijos Specialiojo ugdymo skyriaus mokiniai mokosi atlikti įvairius sodininkystės darbus.

Šeduvos gimnazijos Specialiojo ugdymo skyriuje didelis dėmesys skiriamas gamtosauginiam ugdymui. Šiais mokslo metais vykdomas projektas „Mes – gamtos vaikai“. Tai projektų „Kuriamė svajonių parką“ bei „Langas į gamtą“ tęsinys.

Siekiami mokytį mokinius tinkamai elgtis gamtoje, pajusti gamtos vientisumą ir harmoniją, formuoti daržininkystės ir sodininkystės pradmenis atlie-



Bitininkystė – viena iš gimnazijos veiklos sričių.

Lietuvos Respublikos Prezidentė Dalia Grybauskaitė inicijavo teisės aktų projektus, kuriais siekiama kuo skubiau reformuoti senoliams teikiamas sveikatos ir socialinės pagalbos paslaugas, kad žmonėms jos būtų lengvai prieinamos, kokybiškos ir stabiliai finansuojamos.

Siūloma esminė pertvarka buvo aptarta susitikime su socialinės apsaugos ir darbo ministru Linu Kukuraičiu, sveikatos apsaugos ministru Aurelijumi Vėryga, Savivaldybių asociacijos administracijos direktore Roma Žakaitiene, Vilniaus ir Kauno miestų savivaldybių, Vilniaus ir Lietuvos sveikatos mokslų universitetų atstovais.

Senyvo amžiaus žmonės, kuriems vienu metu dažniausiai reikia ir sveikatos, ir socialinės globos paslaugų, yra tapę dviejų atskirai veikiančių sistemų įkaltais. Pasak Prezidentės, išskaidžius paslaugas per dvi sistemas, kenčia ne tik paslaugų reikalingi žmonės, bet ir jų artimieji, kurie priversti aukoti darbą arba samdyti brangiai kainuojančius specialistus.

kant praktinius darbus, suteikti žinių apie bitininkystę, bičių produktų naudą, skatinti norą saugoti ir puošti aplinką.

Rezultatai rodo, kad specialiųjų poreikių vaikai geba įsijungti į organizuojamus renginius, noriai atlieka gamtą puoselėjančius ir aplinkos tvarkymo darbus. Pažintinės ekskursijos, pamokos gamtoje moko vaikus pajusti ir suvokti gamtoje vykstančius procesus, tinkamai juose elgtis.

Specialiųjų poreikių mokiniai lankėsi Kauno T. Ivanausko zoologijos muziejuje, Zoolo-

gijos bei Botanikos sode, Biržų regioniniame parke. Planuojama apsilankyti Anykščių regioniniame parke, Anykščių šilvelyje, Panevėžio rajono Šilų bitininkystės sode.

Spalio mėnesį pasodintos 9 obelys, serbentų ir agrastų krūmai. Minint Šeduvos gimnazijos šimtmetį pasodintas rožynas „Žydinti šimtmečio gimnazija“.

Vykdydami įvairias veiklas mokiniai įgyja žinių apie ekologiją, mokosi auginti daržoves, prieskoninius bei vaistinius augalus, ugdomi gebėjimai dirbti komandoje.

Igyvendinant projektą daug iniciatyvos, sumanumo, kūrybiškumo rodo gimnazijos direktoriaus pavaduotoja Vida Makutienė, mokytojos-metodininkės Arnolda Šukienė, Loreta Butkienė, Engrita Dryžienė, vyresnioji specialioji pedagogė Virginija Pranienė. Projekte dalyvaavę pedagogai įsitikino, kad gamta – tai puikus mokymosi ir kūrybos laukas.

Jie nori, kad vaikai suprastų: gamta – mūsų namai, o mes – jos vaikai.

Janina OŽALINSKAITĖ

## Prezidentė atkreipė dėmesį į pagalbos senoliams būtinybę

Su pagalbos senoliams poreikiu susiduria daugybė šeimų, šiuo metu nuolatinė slauga reikalinga apie 40 tūkstančių asmenų, integralios pagalbos namuose paslaugos teikiamos apie 2200 asmenų, o poreikis yra 20 kartų didesnis.

Mišrios paslaugos jau teikiamos savivaldybėse ir dabar, tačiau labai maža apimtimi, tam naudojant ES fondų lėšas. Tačiau kitąmet jos baigiasi ir tokiu būdu finansuojamų paslaugų teikimas šioms žmonėms lieka neišskus.

Kad žmonės gautų šias paslaugas, reikia ne projektinio, o stabilaus finansavimo, paslaugų organizavimo tvarka turi būti aiški ir žmogui, ir paslaugos teikėjui, t. y. būtina sukurti nacionalinę integralių paslaugų sistemą.

Prezidentė parengė visai naują – integralias slaugos ir socialines paslaugas teisiškai apibrėžiantį ir jų turinį bei organizavimą numatantį įstatymo projektą.

Naujų integralių paslaugų įteisinimas yra reforma. Tai – ilgalaikis, plataus masto, naujų kompetencijų, finansinių ište-

klų reikalaujantis, daug institucijų įtraukiantis procesas.

Kad tokia pertvarka būtų sėkminga ir nestrigtų jau pirmame įgyvendinimo etape, reikalingas visų procese dalyvaujančiųjų sutarimas dėl įstatymo turinio ir įgyvendinimo eigos.

Prezidentė perdavė šį projektą ministrams ir pabrėžė, kad tik visiems kartu prisiėmus politinę atsakomybę ir pasidalijus iniciatyvos nuosavybę, galima ir būtina įvykdyti kokybišką daugybės žmonių laukiamą pertvarką.

Pateikus šiuos konkrečius įstatymų projektus, atvertas kelias juos neatidėliojant tobulinti specialiojo darbo grupėje bei kuo greičiau priimti. Nors iššūkių nemažai, nėra daug laiko ilgomis diskusijoms. Visuomenės senėjimo pagreitis rodo, kad mes jau vėluojame.

Iš viso socialinėms paslaugoms senoliams ir slaugai šiuo metu skiriama apie 198 mln. eurų. Iš jų paslaugoms į namus skiriama 33,4 mln. eurų, institucijose – beveik 165 mln. eurų.

Prezidento kanceliarijos ir „Bičiulystės“ inf.



## Daktaras Aiskauda



Manoma, kad pupelių tėvynė – Centrinė ir Pietų Amerika. Ten jas nuo senų laikų augino ir vartojo maistui indėnai. Į Europą (bet ne į Rytų šalis) pupelės pateko po antrosios Kristupo Kolumbo ekspedicijos į Ameriką. Pradžioje europiečiai jas augino kaip... dekoratyvinį augalą. Nuo XVII a. daugelyje Europos šalių pupelės pripažintos maistiniu augalu. Į Lietuvą ir Rusiją pupelės pateko iš Lenkijos XVIII a. pradžioje.

Pupelės pagal baltymų vertę artimos mėsai, o žuvį ir ypač kviečių, avižų, miežių, rugių grūdus bei baltagūžius kopūstus gerokai pralenkia. Pupelių (kaip ir mėsos) baltymai turi įvairių nepakeičiamųjų aminorūgščių, o baltymų įsisavinimas siekia net 85–89 %.

## Sočios, bet mažai kaloringos

Pasaulyje žinoma apie 250 pupelių rūšių. Ypač paplitusios baltosios pupelės, dar yra žalių, raudonų, juodų, margų ir t.t. Konservuojamos (tokioje būsenoje išlieka iki 70 % vitaminų

ir 80 % mineralų) dažniausiai baltosios ir raudonosios pupelės. Pupelės yra puikus mėsos ir žuvies valgių priedas, taip pat tinka įvairioms salotoms. Nors pupelės sočios, tačiau mažai kaloringos (tai ypač svarbu reguliuojantiems svorį).

## Kada pradėta vartoti gydymui

Kai kurie autoriai tvirtina, kad gydymui pupelės pradėta vartoti tik nuo XVIII a. Ši teiginį dera patikslinti, nes, pavyzdžiui, dar X–XI a. pupelės bei jų ankštis gydymui naudojo patys žymiausi Rytų šalių gydytojai Avicena (980–1037 m.) ir Berunis (973–1048 m.). Kai kurių rūšių pupelės Vidurinėje Azijoje ir Irane gydymui buvo vartojamos netgi dar anksčiau.

## Senovės gydytojai apie gydymą pupelėmis

Gyd. Muvafakas (1162–1231 m.) raudonąsias pupelės laikė efektyviausiomis ir naudojo akušerijoje, o Avicena visų rūšių pupelėmis gydė plaučių ligas. Kad pupelės nepūstų vidurių, Avicena

## Pupelės: pagal baltymų vertę artimos mėsai, turi gydomųjų savybių

na siūlė jas vartoti kartu su garstyčiomis, pipirais arba su actu ir druska. Kiti to meto Rytų šalių gydytojai pupelėmis dar gydė inkstų akmenlige. Ligoniams būdavo nurodoma, kad ypač pučia vidurius ir ilgai virškinamos baltosios pupelės, o vartojant bet kokias pupelės dideliais kiekiais ne tik pūs vidurius, bet ir vargins „blogi sapnai“.

## Daržinių pupelių cheminė sudėtis

Daržinių pupelių (toliau – pupelių) sėklose yra: ląstelių, krakmolo, pektino, baltymų, kurių sudėtyje gausu nepakeičiamųjų ir pakeičiamųjų aminorūgščių. Jose yra makroelementų (kalio, kalcio, silicio, magnio, natrio, sieros, fosforo, chloro) bei mikroelementų (aliuminio, boro, geležies, jodo, kobalto, mangano, vario, molibdeno, seleno, fluoro, cinko ir kt.), vitaminų (karoteno, kuris organizme virsta vitaminu A, taip pat C, E, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, PP ir kt.)

## Šiuolaikinė medicina apie pupelių gydomąsias savybes

✓ Pupelės gali pagelbėti sergant mažakraujyste, jei ji atsiradusi dėl geležies stokos. Pupelėse daug geležies, kuri reikalinga hemoglobiniui gaminti.

✓ Padeda sumažinti ar visai atsikratyti audinių pabrūkinimų, atsiradusių dėl perteklinio skysčio (tai būdinga susargdinti šlapimo organų sistemai).

✓ Esant pakankamam kiekiui tokių aminorūgščių, kaip triptofanas, tirozinas, metioninas ir kt., pupelės veikia kaip antidepresantai.

✓ Papildoma profilaktinė antivėžinė priemonė.

✓ Padeda iš organizmo šalinti „blogą“ cholesterolio perteklių, toksinus, šlakus, nuodus, kitas kenksmingas medžiagas.

✓ Puiki profilaktikos priemonė širdies ir kraujagyslių sistemos ligoms. Mat pupelėse yra didelė kalio, magnio, mangano (pastarieji trys mineralai stiprina širdies raumenį) ir folio rūgšties (mažina insulto ir infarkto riziką) koncentracija.

✓ Sergant polineuritu (daugelio periferinių nervų uždegimu), inkstų akmenlige, reumatu, naudinga valgyti pupelių sriubą.

✓ Pupelių sriuba arba košė vartotina sergant gastritu, kai sumažėjęs skrandžio sulčių išsiskyrimas (pupelės didina sulčių išsiskyrimą).

✓ Iš lygiomis dalimis sumaišytų pupelių miltų ir medaus daromi „blynėliai“, kurie dedami ant pūlinių ir vočių (padeda šiems dariniams greičiau subręsti).

## Pupelės tinka ne visiems

✓ Nepatariama vartoti pupelių, kai jų netoleruoja organizmas, kai sergama tulžies pūslės, kepenų, inkstų, storosios žarnos, skrandžio gleivinės uždegimu (ypač kai padidėjęs skrandžio sulčių rūgštingumas),

skrandžio ir dvylikapirštės žarnos opalige, podagra, viduriuojama, taip pat nedera valgyti žalių pupelių, nes galima apsinuodyti (apdorojus jas termiškai tokio pavojaus nėra).

✓ Pupelės priskiriamos tai produktų grupei, kuri žarnyne didina dujų sankaupą (vartojant baltąsias pupelės susidaro mažiau dujų, vartojant raudonąsias – daugiau). Todėl patartina pupelių nevartoti dideliais kiekiais, o jas verdant (tai trunka 40–60 min.) į vandenį įberti (pasirinktinai) krapų, čiobrelių ar pipirmėčių. Taip pat svarbu pupelės mirkant (stiklinei pupelių reikia 3 stiklinių vandens, mirkymas gali trukti 6–12 val.) kas 3 val. keisti vandenį.

✓ Pupelės turi daug ląstelių, todėl reiktų gerti pakankamai vandens (tai palengvins skrandžio ir žarnyno darbą).

## Isidėmetina!

✓ pupelės reiktų virti ant silpnos ugnies;

✓ pupelės bus minkštesnės, jei pradėjus virti į puodą įpilsime 2 šaukštus aliejaus;

✓ užviręs vanduo nupilamas, paskui įpilama šviežia vandens porcija ir pupelės verdamos iki nustatyto laiko pabaigos;

✓ jei verdant bus uždegtas puodo dangtis, pupelės gali patamsėti;

✓ pagyvenusiems žmonėms rekomenduojama pupelės vartoti atsargiau (dėl vidurių pūtimo).

Romualdas OGINSKAS

## Psichologo patarimai

*Daugiau nei 13 proc. suaugusiųjų turi vienokią ar kitokią negalią. Vis dėlto su tam tikromis neįgalumo formomis kokių nors gyvenimo periodu susiduria daugelis žmonių. Ši patirtis gali būti netikėta ar sukrečianti. Tad pakalbėkime apie tai, kaip žmogus gali jaustis tapęs neįgaliumi ir kaip padėti sau ar artimajam priimti negalią.*

## Žinią apie negalią gali lydėti daug emocijų

Neįgalumas, ypač tada, kai užklumpa netikėtai, staiga, gali stipriai paveikti žmogaus emocinę savijautą. Jis gali išgyventi stiprius neigiamus jausmus, kartais netgi jausti kaltę. Šis jausmas gali užplūsti, pavyzdžiui, dėl to, kad žmogus priėmė sprendimą imtis tokios veiklos, kuri tapo neįgalumo priežastimi. Kaltė taip pat gali būti jaučiama, jei žmogus mano tapšiantis našta artimiesiems.

Žinią apie neįgalumą taip pat gali lydėti gėdos jausmas. Gėda gali apimti tuomet, kai žmogus jaučiasi, kad yra kitoks nei aplinkiniai, kai jam atrodo, jog visi pastebi jo neįgalumą. Asmuo kartu gali jausti gėdą ir dėl to, kad kažko nebegali pats padaryti, reikia prašyti aplinkinių pagalbos.

Negalios palytėtas žmogus gali išgyventi ir praradimo jausmą. Jis staiga suvokia, kad gyvenimas gali niekuomet nebebūti toks, kaip anksčiau. Praradimo

patyrimas gali būti susijęs ir su tuo, kad asmuo praranda galimybę daryti tai, ką anksčiau mėgdavo. Žmogus gali jausti, kad tarsi neteko savo asmenybės dalies.

Taigi neįgalumo patyrimas žmogui yra iššūkis – reikia priimti ne tik pasikeitusią gyvenimo situaciją, bet ir kylančius sunkius jausmus. Dažniausiai tai padaryti pavyksta ne iš karto.

## Reakcija į žinią apie neįgalumą kinta

Tai, kaip mes reaguojame į žinią apie negalią, laikui bėgant, dažniausiai kinta. Vos tik sužinojus apie savo ar artimo žmogaus neįgalumą, gali ištikti šoko būseną. Šoko būsenoje gali apimti nesvarumo jausmas, žmogus net gali sunkiai orientuotis realybėje, kartais gali išnykti laiko pojūtis. Žmogus šoko būseną neretai išgyvena todėl, kad jam trūksta informacijos apie situaciją – pavyzdžiui, neaišku, kiek negalia yra sunki ir ar įmanoma ką nors padaryti siekiant įveikti arba pa-

## Neįgalumas – nelengvas iššūkis

lengvinti neįgalumą. Šį jausmą dažnai lydi ir baimė dėl ateities. Žmogui neaišku, kaip reikės gyventi toliau, kaip pavyks prisitaikyti prie naujų galimybių. Tokia būseną gali trukti nuo kelių valandų iki kelių dienų.

Po šoko reakcijos dažnai užplūsta neigimas. Žmogus gali apimti jausmas, kad viskas yra gerai, kad niekas iš esmės nepasikeitė. Jis gali kalbėti apie praeitį ir net, tam tikra prasme, gyventi praeitimi – tuo, kas buvo anksčiau, nepripažindamas, kad dabar daug kas pakito. Neįgaliumi tapęs žmogus gali vengti planuoti tolesnį – pakitusį – gyvenimą. Tokią būseną išgyvenančiam žmogui galima padėti kuo daugiau aiškinant apie jo negalią. Svarbu pakartoti informaciją apie jo būklę, priminti apie tai, kaip, tikėtina, pasikeis gyvenimas. Kartu svarbu žmogų ir nuraminti, palaikyti, padrąsinti.

Įveikus neigimo reakciją, neretai apima pyktis ar depresiniai jausmai. Jie pradeda kilti tada, kai žmogus ima suvokti realią savo situaciją bei su ja susijusius ateities pokyčius, praradimus. Žmogus jaučiasi praradęs dalį savęs, kaltina save ar likimą, taip pat ir aplinkinius ar vieną kurį asmenį. Žmogus

gali tapti apatiškas, atsitraukti nuo aplinkinių. Šioje stadijoje gali padėti nuraminimas, patikimas, kad ir kiti žmonės, atsidūrę tokioje situacijoje, išgyvena panašius jausmus. Svarbu padėti žmogui įvardyti ir priimti kylantį pyktį bei depresinius išgyvenimus. Tai padeda pereiti į kitą stadiją, kuri vadinama priėmimu ir integracija.

Priėmimo ir integracijos fazėje neįgaliumi tapęs asmuo žmogus po truputį tampa optimistiškesnis, stiprios emocijos aprimsta. Jis pradeda susitaikyti su neįgalumo faktu ir su mintimi, kad pokyčiai neišvengiami, pradeda ieškoti būdų, kaip gyventi su esamais pokyčiais, o ne kovoti prieš juos. Žmogus pradeda jausti viltį, kad net ir sunkioje situacijoje jis vis dar gali kurti gyvenimą ir ieškoti naujų galimybių. Šioje stadijoje esantį žmogų labai svarbu padrąsinti, palaikyti jo ieškojimus, pasidžiaugti pažanga. Taip pat galima pasiūlyti išsikelti naujus uždavinius. Žinoma, labai svarbu ir toliau kalbėti apie kylančius jausmus, nes ir šioje stadijoje normalu, kad kartais žmogų apima liūdesys, pyktis ar nusivylimas. Vis dėlto tai neturėtų būti vyraujančios emocijos.

## Kiekvienas žmogus savo negalią priima skirtingai

Nors aptarėme skirtingas neįgalumo priėmimo stadijas, norisi pastebėti, kad nebūtinai visi žmonės išgyvena šias neįgalumo priėmimo fazes vienoda seka, kai kurie asmenys vienos ar kitos fazės gali ir nepatirti. Normalu yra ir tai, kad žmonės vienoje ar kitoje stadijoje užtrunka skirtingai. Nepaisant to, labai svarbu, kad artimi žmonės būtų šalia ir pasistengtų priimti įvairius neįgaliumi tapusio žmogaus jausmus, net ir tuos, nuo kurių kartais norėtųsi pabėgti ar atsitraukti. Kartu svarbu neneigti sunkių žmogaus išgyvenimų ir nekaltinti dėl jų (pavyzdžiui, kartojant, kad „ne viskas taip ir blogai, kitiems būna dar blogiau“, „koks tu nedėkingas, jeigu nesidžiaugi, kad apskritai išgyveni“). Taip pat norisi paminėti, kad ir pats negalią patyręs žmogus turėtų stengtis priimti savo išgyvenimus, net ir sunkius. Leisti sau išbūti kiekvienoje neįgalumo priėmimo stadijoje, neatmesti savo išgyvenimų – tai eiti išėjimo link.

Milda TUMĖNIENĖ  
Medicinos psichologė





[tyrimo pristatymą susirinko nemažai neįgaliųjų asociacijų atstovų.]

## Siūloma tobulinti socialinės rehabilitacijos paslaugų projektus

(atkelta iš 1 psl.)

projektų vertinimo laiką, rengti mokymus komisijų nariams. Geriausiai savivaldybės įvertino paraiškų teikimo etapą, tačiau pastabų turėjo ir jam: siūlė paprastinti paraiškų formą, mažinti pridėdamų dokumentų kopijų kiekį, rengti mokymus, konsultacijas pareiškėjams, pratęsti paraiškų pateikimo laiką, numatyti, kad jos būtų teikiamos ilgesniam laikui.

Projektus vykdančios neįgaliųjų organizacijos įsitikinusios, kad norint pagerinti socialinės rehabilitacijos paslaugų projektus, jie turėtų būti finansuojami nepertraukiamai arba ilgiau nei vienus metus. Daugelis respondentų atkreipė dėmesį ir į tai, kad per mažai skiriama lėšų paslaugoms teikti. Jų nuomone, paslaugų kokybei įtakos turi ir žmogiškieji išteklių, specialistų kvalifikacija, infrastruktūros pritaikymas (turimos patalpos, transporto priemonės ir pan.).

### Kokių paslaugų trūksta labiausiai?

Socialinės rehabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektų tvarkos aprašuose gana konkrečiai įvardytos galimos veiklos bei paslaugos. Vis dėlto 24 proc. neįgaliųjų atstovų pasigenda paslaugų įvairovės.

Įdomu tai, kad tyrimas patvirtino ne kartą nevyriausybinių organizacijų išsakytą mintį, jog skirtingos negalios žmonėms reikia kitokių paslaugų. Tiesa, į trūkstamų paslaugų trejetuką visų negalių atstovai įtraukė porą – išvykas, ekskursijas, keliones ir informavimą-konsultavimą. Jų nuomone, šios paslaugos turi būti įtrauktos į socialinės rehabilitacijos paslaugų sąrašą ir finansuojamos.

Kokių dar paslaugų reikia neįgaliesiems? Dirbantieji su fizine negalia turinčiais nurodė, kad jų klientams trūksta socialinių darbuotojų, asmeninių asistentų pagalbai namuose, pavėžėjimo paslaugų, regos negalios žmonėms taip pat reikia pavėžėjimo ir didesnės pagalbos namuose. Klausos negalią turintiesiems trūksta psi-

chologinės pagalbos, intelekto sutrikimų turintiesiems – laikino atokvėpio, sveikatą gerinančių, o psichikos negalios žmonės pasigenda savarankiškų įgūdžių ugdymo paslaugų.

### Atlygis mažas, darbo – daug

Visuomenės nuomonės ir rinkos tyrimų centro „Vilmorus“ darbuotojai apklausė ir pačius neįgaliuosius, socialinės rehabilitacijos paslaugų gavėjus. Grupinės diskusijos su įvairių negalių atstovais buvo surengtos penkiuose šalies miestuose: Kaune, Alytuje, Utenoje, Plungėje ir Kupiškėje.

Viena iš šių diskusijų organizatorių „Vilmorus“ interviuotojų koordinatorė Juventa Grinevičienė atkreipė dėmesį, kad iš esmės neįgalieji palankiai vertina gaunamas paslaugas, tačiau mato, kiek daug pastangų turi įdėti jais besirūpinančios organizacijos, šiuos projektus vykdančios žmonės. Pasak jų, neįgalieji ne visada gali įsidarbinti socialinės rehabilitacijos projekto vykdytojais, todėl nemažai jų dirba visuomeniniais pagrindais arba už labai mažą atlygį, nors darbas intensyvus, krūviai dideli. Jų nuomone, šiems projektams reikia stabilesnio finansavimo, glaudesnio bendradarbiavimo su savivaldybe. Būtina mažinti ir biurokratizmą (įvairių ataskaitų, paslaugas gaunančių neįgaliųjų sąrašų skaičių, parašų rinkimą ir pan.).

Grupinėse diskusijose neįgalieji daug kalbėjo ir apie savo poreikius. Pasak jų, dar labai trūksta išvykų, ilgalaikės paramos, pavėžėjimo, vertėjų paslaugų. Neįgaliais vaikais ar artimaisiais besirūpinantys šeimos nariai skundėsi, kad už nuolatinę priežiūrą jiems neskaiciuojamas darbo stažas. Neįgaliesiems vaikams trūksta gerų vežimėlių, kompiuterių, klausos aparatų, nėra neįgalių vaikų klubų, nepakanka transporto, kurtiesiems reikia subtilyčių teatrų, koncertuose, pagalbos norint susikalbėti ir pan.

J. Grinevičienė neslėpė: jai susidarė įspūdis, kad neįgaliesiems dar labai daug ko trūk-



„Vilmorus“ direktorius Vladas Gaidys.

ta, jie gyvena varge ir skurde ir tik šiltos širdys bei degančios akys šią situaciją bent šiek tiek sušvelnina.

### Tyrimas padės ieškoti sprendimų

Visuomenės nuomonės ir rinkos tyrimų centro „Vilmorus“ direktorius V. Gaidys, apibendrinamas atliktą apklausą, pabrėžė, kad teikiamos socialinės rehabilitacijos paslaugos iš esmės neįgaliuosius tenkina, atitinka jų poreikius. Vis dėlto daugiau dėmesio reikėtų skirti šių paslaugų įvairovei, atkreipti dėmesį į neįgalius vaikus, kaimiškose vietovėse gyvenančius neįgaliuosius. Reikėtų išsiklausyti ir į tyrime dalyvavusių respondentų siūlymą pratęsti projektų įgyvendinimo laiką (jų trukmė turėtų būti bent jau 3 metai), mažinti prie paraiškų pridėdamų dokumentų kiekį ir kitą biurokratizmą.

Neįgaliųjų reikalų departamento direktorės Astos Kandravičienės teigimu, apie daugelį dalykų, kuriuos dar labiau išryškino „Vilmorus“ atliktas tyrimas, jau ne kartą buvo kalbėta. Nešališkos, autoritetą turinčios organizacijos išvados ir rekomendacijos taps svarbia atspirtimi ir postūmiu nebeatidėlioti problemų sprendimų paiešką.

Į tyrimo pristatymą susirinkusius nevyriausybinių asociacijų atstovus A. Kandravičienė patikino, kad apklausos rezultatai bus atsakingai aptariami ir su valdžios institucijų, ir su NVO atstovais.

**Aldona MILIEŠKIENĖ**  
Autorės nuotr.

## Užimtumo tarnyboje – daugiau dėmesio neįgaliesiems

(atkelta iš 1 psl.)

labai geri darbuotojai, jei jiems tinkamai parinkta darbo vieta, tik ne visada patys gali tinkamai prisistatyti. Jie gal bus tylėsi, uždaresni, tačiau jei reikia į kompiuterį suvesti duomenis, tai padarys be klaidų.

### Ką daryti tada, jei žmogus neturi reikiamo išsilavinimo?

Neretai žmogus turi gebėjimų, bet neturi tai įrodančio dokumento. Dabar yra galimybė tas neformaliu būdu įgytas kompetencijas įteisinti – t.y. išlaikyti egzaminą mokymo įstaigoje. Pavyzdžiui, žmogus visą gyvenimą dirba siuvėju, tačiau niekur to nesimokė. Per egzaminą jis gali įrodyti savo gebėjimus siūti. Jei egzaminas išlaikytas sėkmingai, išduodamas pažymėjimas, jei ne – žmogus gauna rekomendacijas, kurias sritis reikia tobulinti ir gali iš naujo laikyti egzaminą. Pateiksiu pavyzdį – žmogus ne vienus metus dirba elektrinio krautuvo vairuotoju. Laikant egzaminą paaiškėjo, kad jis puikiai valdo krautuvą, bet visai neturi saugaus darbo įgūdžių. Buvo rekomenduota juos patobulinti. Pasimokęs žmogus egzaminą išlaikė be jokių problemų. Taip norima kuo greičiau pasiekti norimo rezultato – vietoj to, kad žmogus būtų siunčiamas mokytis ir tam sugaištų pusę metų ar ilgiau, jis pažymėjimą gauna per valandą. Žmonės be kvalifikaciją pagrindžiančių dokumentų dažnai dirba virėjais, verslo konsultantais. Tai puiki galimybė jiems įteisinti savo kvalifikaciją.

### O jei žmogus turi įgijęs profesiją, bet ji neatitinka darbo rinkos poreikių?

Yra daug galimybių įgyti naują kvalifikaciją arba patobulinti turimą pagal labai įvairias tiek formalias, tiek neformalias mokymo programas.

Visos šios programos kasmet yra peržiūrimos ir derinamos prie situacijos darbo rinkoje. Turiu pastebėti, kad jei anksčiau didžioji dalis mokymų buvo praleidžiama prie suolo, dabar daugiau laiko skiriama praktiniams įgūdžiams lavinti, kad žmogus kuo greičiau integruotųsi į darbą.

Nereti atvejai, kai dar prieš mokantis yra pasirašomos trišalės sutartys su darbdaviais. Tai reiškia, kad asmuo iš karto baigęs mokslus jau turės darbą. Ypač tokie atvejai dažni Vilniaus regione. Labai populiarios visos programos, susijusios su informacinėmis technologijomis, logistika. Reikalingi maisto pramonės darbuotojai (mėsaininkai, konditeriai, virėjai), sunkiasvorių sunkvežimžių vairuotojai, visi statybinio profilio specialistai, socialinio darbuotojo padėjėjai, padavėjai, barmenai. Žmonės yra labai skirtingi, kiekvienas atvejis vis kitoks, todėl negalėčiau pasakyti, kad viena kuri nors profesija labiau tiktų ar netiktų neįgalie-

siems. Didžioji dauguma mokymo įstaigų yra pasirengusios priimti negalią turinčius žmones.

Mokslas yra nemokamas, mažą to, dar mokama stipendija ir padengiamos kelionės išlaidos.

Kita galimybė persikvalifikuoti – profesinė rehabilitacija. Ji tinka tais atvejais, kai žmogus yra netekęs darbo ar praradęs galimybę dirbti po traumos. Čia daug dėmesio skiriama ne tik profesiniams, bet ir socialiniams įgūdžiams atkurti.

### O kas po to? Neretai girdime, kad darbdaviai nenori priimti neįgaliųjų...

Darbdavių požiūris labai kinta – jis dabar yra visai kitoks nei prieš 10 metų. Vis labiau vertinamas kitiškumas. Šiuolaikiniai darbdaviai į žmogų žiūri ne pagal tai, kaip jis atrodo, o pagal tai, ką jis gali padaryti. Labai svarbios asmeninės kompetencijos: darbas komandoje, sprendimų priėmimas, lojalumas. Štai ir Užimtumo tarnyboje dirba neįgaliojo vežimėliu judanti Danguolė Matusėvičienė. Ji tiesiog užėjo ir paklausė, ar nebūtų darbo vietos ir jai. Moteris sėkmingai išlaikė valstybės tarnybos egzaminą ir labai patenkinta savo darbu.

Praejusiais metais iš viso įsidarbino 5633 neįgalieji, savarankišką veiklą pradėjo 1142, o aktyviose darbo rinkos politikos priemonėse pradėjo dalyvauti 2362 asmenys. Parama įsidarbinti darbo rinkoje pasinaudojo 2362 neįgalieji.

### Dažnai tenka išgirsti, kad neįgaliesiems siūlomi tik neįgaliesiems siūlomi tik neįgaliesiems darbai. Kokia reali situacija?

Pastebiu atvirkštinę tendenciją – neįgaliesiems siūlomi netgi labai kvalifikuoti darbai – pvz., juos įdarbinanti įmonė „Tu gali“ gamina saulės kolektorius, įvairių vaizdo ir garso techniką. Tai, kokį darbą žmogus dirba, priklauso ne nuo negalios, o nuo išsilavinimo. Žinoma, sunkią psichikos negalią turintys žmonės gal galės dirbti tik socialinėse įmonėse. Tačiau yra pavyzdžių, kai jie įsidarbina atviroje darbo rinkoje.

### Ar tikrai Užimtumo tarnyba nebėra įstaiga, kurioje tik užregistruojamas darbo ieškantysis?

Užimtumo tarnyba turi nuolat keistis – kinta visuomenė, jos lūkesčiai, tai verčia ir mus nesustoti. Raginu visus neįgaliuosius drąsiai praverti Užimtumo tarnybos duris ir pasidomėti, kokios būtų galimybės. Konsultacijai nereikia užsiregistruoti, tai nieko nekainuoja. Kiekviena situacija yra individuali. Gal kartais ir reikės palaukti, kol sėkmė aplankys, gal teks pasimokyti. Svarbu žengti pirmą žingsnį, išeiti iš namų ir būti aktyviems. Darbas suteikia orumo, poziciją visuomenėje, kuriami socialiniai ryšiai, atsiranda bendrystė su kitais žmonėmis.

**Kalbėjosi Aurelija BABINSKIENĖ**





**6.00 Lietuvos Respublikos himnas. PIRMADIENIS – PENKTADIENIS: 6.05, 6.37, 7.10, 7.40, 8.07, 8.40, 09.10 – Labas rytas, Lietuva. 6.30, 8.00, 9.00 – žinios, orai. 7.00, 7.30, 8.30 – žinios, orai, sportas.**

#### Pirmadienis, sausio 21 d.

09:15 Senis. N-7. 171 s. 10:20 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/3 s. 11:10 Komisarar Reksas. N-7. 12/8 s. 12:00 Beatos virtuvė. (subtitruota, kart.). 13:00 Klauskite daktaro. (kart.). 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Seserys. N-7. 473 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 Vartotojų kontrolė. 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 LRT forumas. 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. 23:00 Pirkasas. N-14. 8 s. 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/3 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Savaitė. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Vartotojų kontrolė. (kart.). 05:00 Seserys. N-7. 473 s. (kart.).

#### Antradienis, sausio 22 d.

09:15 Senis. N-7. 172 s. 10:20 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/4 s. 11:10 Komisarar Reksas. N-7. 12/9 s. 12:00 Stilius. (kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Seserys. N-7. 474 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 (Ne)emigrantai. (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Nacionalinė ekspedicija „Dniepru per Ukrainą“. 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. 12 beždžionių 2. N-14. 2/5 s. 23:45 Klausimėlis.lt (kart.). 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/4 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:10 Istorijos detektyvai. (subtitruota, kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 (Ne)emigrantai. (subtitruota, kart.). 05:00 Seserys. N-7. 474 s. (kart.).

#### Trečiadienis, sausio 23 d.

09:15 Senis. N-7. 173 s. 10:20 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/5 s. 11:10 Komisarar Reksas. N-7. 12/10 s. 12:00 Nacionalinė paieškų tarnyba. (kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Seserys. N-7. 475 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 Gyvenimas. (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Mano mama gamina geriau! 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. Paskutinė karalystė 2. N-14. 2/2 s. 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/5 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Stilius. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Nacionalinė ekspedicija „Dniepru per Ukrainą“. (kart.). 05:00 Seserys. N-7. 475 s. (kart.).

#### Ketvirtadienis, sausio 24 d.

09:15 Senis. N-7. 174 s. 10:20 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/6 s. 11:10 Komisarar Reksas. N-7. 12/11 s. 12:00 Gyvenimas. (subtitruota, kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Seserys. N-7. 476 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 Specialus tyrimas. (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Lo-

to“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Gimę tą pačią dieną. (subtitruota). 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. Prieš audrą 2. N-14. 2/8 s. 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/6 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Vakarų su Edita. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Specialus tyrimas. (subtitruota, kart.). 05:00 Seserys. N-7. 476 s. (kart.).

#### Penktadienis, sausio 25 d.

09:15 Senis. N-7. 175 s. 10:20 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/7 s. 11:10 Komisarar Reksas. N-7. 12/12 s. 12:00 (Ne)emigrantai. (subtitruota, kart.). 13:00 Vartotojų kontrolė. (kart.). 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Seserys. N-7. 477 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Nacionalinė paieškų tarnyba. 19:30 Beatos virtuvė (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Aukštinis protas. 22:50 Fantastiškas penktadienis. Greiti ir įsiute 4. N-14. 00:35 Klausimėlis.lt (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:10 Štutgarto kriminalinė policija 4. N-7. 4/7 s. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Gimę tą pačią dieną. (subtitruota, kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Rytų suktinis su Zita Kelmickaitė (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Nacionalinė paieškų tarnyba. (kart.). 05:00 Seserys. N-7. 477 s. (kart.).

#### Šeštadienis, sausio 26 d.

06:05 Nacionalinė ekspedicija „Dniepru per Ukrainą“. (kart.). 07:00 Hani ir Nani. 08:30 Karinės paslaptys. 09:00 Labas rytas, Lietuva. 09:30 Žinios. Sportas. Orai. 09:35 Labas rytas, Lietuva. 10:30 Žinios. Orai. 10:35 Labas rytas, Lietuva. 11:30 Žinios. Orai. 11:35 Labas rytas, Lietuva. 12:00 Pasaulio dokumentika. Ypatinga misija. 1 d. Leopardai šalia mūsų. (subtitruota). 12:55 Pasaulio dokumentika. Metų laikai. 2 d. Vasara. (subtitruota). 13:50 Premjera. Džesika Flečer 6. N-7. 6/4, 6/5 s. 15:25 Klausimėlis.lt. 15:43 Loterija „Keno Loto“. 15:45 Žinios. Orai (su vertimu į gestų kalbą). 16:00 Sveikinimų koncertas. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 Teisė žinoti. 18:30 Vakarų su Edita. 19:30 Stilius. 20:25 Loterija „Keno Loto“ ir „Jėga“. 20:30 Panorama. 20:52 Sportas. Orai. 21:00 „Eurovizija 2019“. Nacionalinė atranka. 23:00 Vyriškas auklėjimas. N-14. (subtitruota). 00:40 Greiti ir įsiute 4. N-14. (kart.). 02:25 Pasaulio dokumentika. Ypatinga misija. 1 d. Leopardai šalia mūsų. (subtitruota, kart.). 03:10 Pasaulio dokumentika. Metų laikai. 2 d. Vasara. (subtitruota, kart.). 04:00 Teisė žinoti. (kart.). 04:25 Džesika Flečer 6. N-7. 6/4, 6/5 s. (kart.).

#### Sekmadienis, sausio 27 d.

06:05 Beatos virtuvė (subtitruota, kart.). 07:00 Šventadienio mintys. 07:30 Klausimėlis.lt. 08:00 Gyventi kaime geria. Veikime kartu. 08:30 Rytų suktinis su Zita Kelmickaitė. 09:00 Brolių Grimų pasakos. 1 s. Karalius Strazdabarzdys. 10:00 Gustavo enciklopedija. (subtitruota). 10:30 Lietuvos tūkstantmečio vaikai. 11:30 Mūsų gyvenimai. 12:55 Pasaulio dokumentika. Atšiaurioji Kanada. 4 d. Ledyņu pakraštys. (subtitruota). 12:55 Pasaulio dokumentika. Delfinų dinastija. (subtitruota). 13:50 Puaro. N-7. 11/3 s. Ponios Makgintinė mirtis. 15:25 Klausimėlis.lt. 15:43 Loterija „Keno Loto“. 15:45 Žinios. Orai (su vertimu į gestų kalbą). 16:00 Istorijos detektyvai. (subtitruota). 16:45 Savaitė su „Dviracio žiniomis“. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 Duokim garo! 19:30 Savaitė. 20:25 Loterijos „Keno Loto“ ir „Jėga“. 20:30 Panorama. 20:52 Sportas. Orai. 21:00 Keliai. Mašinos. Žmonės. 21:30 Premjera. Laisvės kaina. Disidentai. N-7. 2 s. 22:35 Premjera. Teresės nuodėmė. N-14. 00:25 Pasaulio dokumentika. Atšiaurioji Kanada. 4 d. Ledyņu pakraštys. (subtitruota, kart.). 03:10 Pasaulio dokumentika. Delfinų dinastija. (subtitruota, kart.). 03:55 Klausimėlis.lt (kart.). 04:20 Puaro. N-7. 11/3 s. Ponios Makgintinė mirtis. (kart.).



#### Pirmadienis, sausio 21 d.

00:55. Bado žaidynės: strazdas giesmininkas, I dalis (kart.). 02:55. Redirekted/ Už Lietuvai! 06:10. Televitrina

226. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis 11, 221. 06:55. Simpsonai (kart.) 9, 19. 07:25. Simpsonai (kart.) 9, 20. 07:55. Svajonių sodai (kart.) 20. 08:55. Meilės sūkurys 126. 10:00. Meilės žiedai 75. 11:00. Meilės žiedai 76. 12:00. Svotai 4, 7. 13:00. Pažadėtoji 6, 53. 13:30. Pažadėtoji 6, 54. 14:00. Pažadėtoji 6, 55. 14:30. Pažadėtoji 6, 56. 15:00. Simpsonai 9, 21. 15:30. Simpsonai 9, 22. 16:00. TV3 žinios 14. 16:22. TV3 sportas. 16:27. TV3 orai 14. 16:30. TV Pagalba 12, 31. 18:30. TV3 žinios 21. 19:22. TV3 sportas. 19:27. TV3 orai 21. 19:30. Visi mes žmonės 1, 18. 20:30. Moterys meluoja geriau 11, 65. 21:00. TV3 vakaro žinios 11. 21:52. TV3 sportas. 21:57. TV3 orai 11. 22:00. Geležinkelio tigras.

#### Antradienis, sausio 22 d.

00:35. Mikė 2, 6. 01:05. Mikė 2, 7. 01:30. Mikė 2, 8. 01:55. Rouzvudas 2, 12. 02:45. Ekstrasensai detektyvai 5, 21. 03:35. Mikė (kart.) 2, 6. 04:00. Mikė (kart.) 2, 7. 04:30. Mikė (kart.) 2, 8. 04:55. Rouzvudas (kart.) 2, 12. 06:10. Televitrina 226. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis 11, 222. 06:55. Simpsonai (kart.) 9, 21. 07:25. Simpsonai (kart.) 9, 22. 07:55. Visi mes žmonės (kart.) 1, 18. 08:55. Meilės sūkurys 127. 10:00. Meilės žiedai 77. 11:00. Meilės žiedai 78. 12:00. Svotai 4, 8. 13:00. Pažadėtoji 6, 57. 13:30. Pažadėtoji 6, 58. 14:00. Pažadėtoji 6, 59. 14:30. Pažadėtoji 6, 60. 15:00. Simpsonai 9, 23. 15:30. Simpsonai 9, 24. 16:00. TV3 žinios 15. 16:22. TV3 sportas. 16:27. TV3 orai 15. 16:30. TV Pagalba 12, 32. 18:30. TV3 žinios 22. 19:22. TV3 sportas. 19:27. TV3 orai 22. 19:30. Prieš srovę 19, 3. 20:30. Moterys meluoja geriau 11, 66. 21:00. TV3 vakaro žinios 12. 21:52. TV3 sportas. 21:57. TV3 orai 12. 22:00. Už priešų linijos 2.

#### Trečiadienis, sausio 23 d.

00:00. Kaulai 12, 1. 01:00. Mikė 2, 9. 01:25. Mikė 2, 10. 01:50. Rouzvudas 2, 13. 02:40. Ekstrasensai detektyvai 5, 22. 03:35. Kaulai (kart.) 12, 1. 04:25. Mikė (kart.) 2, 9. 04:50. Mikė (kart.) 2, 10. 05:15. Rouzvudas (kart.) 2, 13. 06:10. Televitrina 226. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis 11, 223. 06:55. Simpsonai (kart.) 9, 23. 07:25. Simpsonai (kart.) 9, 24. 07:55. Prieš srovę (kart.) 19, 3. 08:55. Meilės sūkurys 128. 10:00. Meilės žiedai 79. 11:00. Meilės žiedai 80. 12:00. Svotai 4, 9. 13:00. Pažadėtoji 6, 61. 13:30. Pažadėtoji 6, 62. 14:00. Pažadėtoji 6, 63. 14:30. Pažadėtoji 6, 64. 15:00. Simpsonai 9, 25. 15:30. Simpsonai 10, 1. 16:00. TV3 žinios 16. 16:22. TV3 sportas. 16:27. TV3 orai 16. 16:30. TV Pagalba 12, 33. 18:30. TV3 žinios 23. 19:22. TV3 sportas. 19:27. TV3 orai 23. 19:30. Gero vakaro šou 5, 19. 20:30. Moterys meluoja geriau 11, 67. 21:00. TV3 vakaro žinios 13. 21:52. TV3 sportas. 21:57. TV3 orai 13. 22:00. Už priešų linijos: Kolumbija. 22:25. Vikinglotto 4. 22:30. Už priešų linijos: Kolumbija. 23:55. Kaulai 12, 2.

#### Ketvirtadienis, sausio 24 d.

00:55. Mikė 2, 11. 01:20. Mikė 2, 12. 01:45. Rouzvudas 2, 14. 02:35. Ekstrasensai detektyvai 5, 24. 03:30. Kaulai (kart.) 12, 2. 04:20. Mikė (kart.) 2, 11. 04:45. Mikė (kart.) 2, 12. 05:10. Rouzvudas (kart.) 2, 14. 06:10. Televitrina 226. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis 11, 224. 06:55. Simpsonai (kart.) 9, 25. 07:25. Simpsonai (kart.) 10, 1. 07:55. Gero vakaro šou (kart.) 5, 19. 08:55. Meilės sūkurys 129. 10:00. Meilės žiedai 81. 11:00. Meilės žiedai 82. 12:00. Svotai 4, 10. 13:00. Pažadėtoji 6, 65. 13:30. Pažadėtoji 6, 66. 14:00. Pažadėtoji 6, 67. 14:30. Pažadėtoji 6, 68. 15:00. Simpsonai 10, 2. 15:30. Simpsonai 10, 3. 16:00. TV3 žinios 17. 16:22. TV3 sportas. 16:27. TV3 orai 17. 16:30. TV Pagalba 12, 34. 18:30. TV3 žinios 24. 19:22. TV3 sportas. 19:27. TV3 orai 24. 19:30. Farai 12. 19. 20:30. Moterys meluoja geriau 11, 68. 21:00. TV3 vakaro žinios 14. 21:52. TV3 sportas. 21:57. TV3 orai 14. 22:00. Rembo. Pirmasis kraujas 3.

#### Penktadienis, sausio 25 d.

00:05. Kaulai 12, 3. 01:05. Mikė 2, 13. 01:30. Mikė 2, 14. 01:55. Rouzvudas 2, 15. 02:45. Ekstrasensai detektyvai 5, 25. 03:45. Kaulai (kart.) 12, 3. 04:30. Mikė (kart.) 2, 13. 04:55. Mikė (kart.) 2, 14. 05:20. Rouzvudas (kart.) 2, 15. 06:10. Televitrina 226. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis 11, 225. 06:55. Simpsonai (kart.) 10, 2. 07:25. Simpsonai (kart.) 10, 3. 07:55. Farai (kart.) 12, 19. 08:55. Meilės sūkurys 130. 10:00. Meilės žiedai 83. 11:00. Meilės žiedai 84. 12:00. Svotai 4, 11. 13:00. Pažadėtoji 6, 69. 13:30. Pažadėtoji 6, 70. 14:00. Pažadėtoji 6, 71. 14:30. Pažadėtoji 6, 72. 15:00. Simpsonai 10, 4. 15:30. Simpsonai 10, 5. 16:00. TV3 žinios 18. 16:22. TV3 sportas. 16:27. TV3 orai 18. 16:30. TV Pagalba 12, 35. 18:30. TV3 žinios 25. 19:22. TV3 sportas. 19:27. TV3 orai 25. 19:30. M.A.M.A. apdovanojimai. 22:30. Deadpool.

#### Šeštadienis, sausio 26 d.

00:40. Tai bent mamytė! 02:10. Geležinkelio tigras (kart.). 04:25. Ekstrasensai detektyvai 5, 25. 06:15. Televitrina

na 226. 06:30. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą (kart.) 1, 139. 07:00. Transformeriai. Maskuotės meistrai 4, 407. 07:30. Aladinas 1, 132. 08:00. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą 1, 140. 08:30. Kempiniukas Plačiakelnis 11, 226. 09:00. Virtuvės istorijos 9, 4. 09:30. Gardu Gardu 7, 5. 10:00. Svajonių ūkis 5, 21. 10:30. Daktaras Dolitis 5: Lakis keliauja į Holivudą! 12:10. Heida. 14:25. Meilė keliauja laiku. Smaragas. 16:45. Ekstrasensai mūšis 18, 5. 18:30. TV3 žinios 26. 19:17. TV3 sportas. 19:22. TV3 orai 26. 19:25. Eurojackpot 4. 19:30. Auklė. 21:20. Bado žaidynės. Strazdas giesmininkas. 2 dalis.

#### Sekmadienis, sausio 27 d.

00:05. Atstumtas. 01:50. Deadpool (kart.). 03:45. Už priešų linijos: Kolumbija (kart.). 06:15. Televitrina 226. 06:30. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą (kart.) 1, 140. 07:00. Transformeriai. Maskuotės meistrai 4, 408. 07:30. Aladinas 1, 133. 08:00. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą 1, 141. 08:30. Mamyčių klubas. 09:00. Kulinarijos detektyvas 2, 4. 09:30. Penkių žvaigždučių būstas 6, 4. 10:00. Pasaulis pagal moteris 7, 4. 10:30. Svajonių sodai 21. 11:30. Šuniukas žvaigždė. 13:15. Daktaras Dolitis 3. 15:10. Pašėlęs Raselas. 17:00. Havajai 5.05, 5.15. 18:00. Raudonas kilimas 5, 4. 18:30. TV3 žinios 27. 19:22. TV3 sportas. 19:27. TV3 orai 27. 19:30. X Faktorius 6, 19. 22:30. Drakono kardas.



#### Pirmadienis, sausio 21 d.

06:05 Dienos programa. 06:10 „Mano gyvenimo šviesa“ (571). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (572). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (573). N-7. 07:35 „Madagaskaro pingvinai“ (15). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (83). N-7. 09:05 „Rimti reikalai“ (73). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (36). N-7. 10:20 KK2 penktadienis (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (2). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (157). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (49). 15:00 „Dvi širdys“ (1408). N-7. 15:30 „Dvi širdys“ (1409). N-7. 16:00 „Dvi širdys“ (1410). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Nuo... Iki... 20:30 „Paveldėtoja 2“ (8). N-7. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (7). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:27 Orai. 22:28 Telefoninė loterija 1634. 22:30 VAKARO SEANSAS Gelbėjimo misija. N14. 00:15 „Juodasis sąrašas“ (4). N-7. 01:05 Laiko patulnis (kart.). N14.

#### Antradienis, sausio 22 d.

06:05 Dienos programa. 06:10 „Mano gyvenimo šviesa“ (574). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (575). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (576). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (1). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (84). N-7. 09:05 „Rimti reikalai“ (74). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (37). N-7. 10:25 KK2 (kart.). N-7. 10:55 Nuo... Iki... (kart.) 11:25 „Paveldėtoja 2“ (8) (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (3). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (158). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (50). 15:00 „Dvi širdys“ (1411). N-7. 15:30 „Dvi širdys“ (1412). N-7. 16:00 „Dvi širdys“ (1413). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Nuo... Iki... 20:30 „Paveldėtoja 2“ (9). N-7. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (8). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:28 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS Keršto valanda. Teisingumas. N14. 00:20 „Juodasis sąrašas“ (5). N-7. 01:10 Gelbėjimo misija (kart.). N14.

#### Trečiadienis, sausio 23 d.

06:05 Dienos programa. 06:10 „Mano gyvenimo šviesa“ (577). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (578). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (579). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (2). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (85). N-7. 09:05 „Rimti reikalai“ (75). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (38). N-7. 10:25 KK2 (kart.). N-7. 10:55 Nuo... Iki... (kart.) 11:25 „Paveldėtoja 2“ (9) (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (4). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (159). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (51). 15:00 „Dvi širdys“ (1414). N-7. 15:30 „Dvi širdys“ (1415). N-7. 16:00 „Dvi širdys“ (1416). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Nuo... Iki... 20:30 „Paveldėtoja 2“ (10). N-7. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (9). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:28 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS Žudymo žaidimai. N14. 00:25 „Juodasis sąrašas“ (6). N-7. 01:15 Keršto valanda. Teisingumas (kart.). N14.

#### Ketvirtadienis, sausio 24 d.

06:05 Dienos programa. 06:10 „Mano gyvenimo šviesa“ (580). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (581). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“

(582). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (3). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (86). N-7. 09:05 „Rimti reikalai“ (76). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (39). N-7. 10:25 KK2 (kart.). N-7. 10:55 Nuo... Iki... (kart.) 11:25 „Paveldėtoja 2“ (10) (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (5). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (160). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (52). 15:00 „Dvi širdys“ (1417). N-7. 15:30 „Dvi širdys“ (1418). N-7. 16:00



## Neįgalieji pasaulyje

Traumos ar ligos neretai sustabdo sportinę karjerą. Tokios istorijos yra įprastos. Tiesa, išstvermingiausiai žengia varginančiu reabilitacijos keliu, iš naujo visko mokosi. Anglės Hilary Lister istorija nepanaši į jokią tradicinį siužetą. Buriavimu ji susidomėjo jau būdama visiškai paralyžiuota.

# Laisvės pojūtis – pats svarbiausias net ir paralyžiuotam žmogui



## Laiminga vaikystė baigėsi sulaukus 15-kos

H. Lister gimė 1972-aisiais Kento grafystėje. Buvo tikra nutruktgalvė. Labai protinga ir labai stipri – šios savybės jai garantavo pergales visur, kur tik beįsisukdavo. Nors uoliai mokėsi, visuomet rasdavo laiko sportui. Lankė plaukimo, regbio, ledo ritulio treniruotes. Grojo klarnetu vietiniame orkestre.

Visi puikūs planai griuvo, kai po treniruotės ledo arenoje Hilary pajuto stiprų skausmą kojose. Trumpa apžiūra kėlė tik dar daugiau klausimų. Po visų tyrimų nuskambėjo žiauri diagnozė: tetraplegija. Tai reiškė, kad teks kentėti stiprius skausmus, o galiausiai ištiks visų galūnių paralyžius.

Kojas kiekvieną dieną skaudėjo vis labiau. Sulaukusi 15-kos, Hilary jau nebeįstengė žengti nė žingsnio.

## Draugą pažinsi nelaimėje

Ji žinojo, kas laukia ateityje. Neįsivaizdavo, kaip su tuo susidoros. Tiesiog gyveno taip, kaip tuo laiku įstengė. Mokėsi. Studijavo biochemiją Oksforde. Egzaminams skirtus tyrimų tekstus jau diktavo broliui, nes pirštai nebeklausė. Jai net uždraudė lankytis laboratorijoje, nes nebegalėjo išlaikyti daiktų. Vieną dieną iš rankų iškrito mėgintuvėlis su pavojinga degia medžiaga... Hilary net šiek tiek nukentėjo, apdegė.

Egzaminus išlaikė, bet tolesnis mokslinis darbas buvo neįmanomas. Liko lova. Nuo 27-erių Hilary buvo paralyžiuota iki kaklo. Visos dienos tapo vienodos. Gulėjo prijungta prie sudėtingo įrenginio, pavadinto „Oposumu“. Jis padėdavo atsakyti į skambučius ar surinkti numerį.

8 valandą ateidavo dvi slau-

gės, praleisdavo su ja valandą. Aprengdavo, pamaitindavo. Dieną vėl ateidavo slaugė – tik pamaitinti. Ir vėl viena iki vakaro, tada vėl užsukdavo dvi slaugės. Taip prabėgo vieni metai. Dar vieni. Dar. Niekas nesikeitė.

Tėvai ir trys broliai gyvenė toli. Hilary buvo priklausoma nuo „Oposumo“ ir slaugių. „Vien nuobodulys ir skausmas tuomet buvo šalia, – kartą pasakojo Hilary. – Iš kur skausmas? Niekas nežino, kodėl aš, negalinti pajudėti, nuolat jaučiu skausmą. Nutariau visa tai baigti. Parašiau atsisveikinimo laišką, nes nebemačiau jokios prasmės taip gyventi.“ Skausmus malšino morfijumi. Nutarė tiesiog padidinti dozę.

Ir kaip tik tomis dienomis vienas draugas paklausė: „Ar nenori pasiplaukioti jachta ežere?“ Hilary atsakė – taip!

## Skrydžiai sapne ir tikrovėje

Kokie skrydžiai jachtoje? Bet Hilary, būdama jachtoje, jautėsi taip arti dangaus, kad tikrai matė išsipildžiusius sapnus apie tai, kaip ji skrenda. Ta eilinė išvyka prie ežero dar kartą apvertė aukštyn kojomis jos gyvenimą, nes moteris pajuto – štai čia išsigelbėjimas. Vėjas, vanduo ir begalinė laisvė. Užsispyrė išmokti buriuoti ir tapti laisvu žmogumi.

„Kai aš sėdžiu neįgaliojo vežimėlyje, žmonės su manimi kalba kaip su vaiku arba kalbina tą, kuris stumia vežimėlį, – guodėsi žurnalistams. – O jachtoje... Jau tą pirmą apsilankymą mane šnekino kaip turistę, o ne neįgaliąją. Bendravo kaip su lygia. Ten buvo toks keltavas, kuriuo mane perkėlė nuo krantinės į laivą. Radome dėžę, kurią pritaikė man sėdėti. Ir viskas. Gero vėjo! Nė nepastebėjau kaip atsідūrėme ežero vi-

dury. Buvo nuostabu jausti ant skruostų vandens purslus. Aš buvau visai laisva, aš skridau.“

Hilary ėmė mokytis buriuoti. Plaukimas su instruktoriumi jos netenkino. Norėjo būti viena. Jai pritaikė laivą. Savo komandai leisdavo plaukti kitu laivu už pusmylės.

## Paralyžius netrukdo siekti rekordų

Ji viską pasiekė. Speciali įranga sip-puff pagrindu suteikia galimybę plaukti vienam. Hilary pučia orą į siaurus vamzdelius, o toliau dirba kompiuteris – valdo bures ir vairalazdę. Įvaldžiusi šią techniką, Hilary ėmė skinti pergales. Ji vėl buvo lyg ta laiminga mergaitė, stebinusi visus protu ir jėga.

2005 metais pasaulio spauda rašė: „33-ųjų Hilary Lister – pirmoji neįgali moteris su paralyžiuotomis galūnėmis per 6 valandas 13 minučių perplaukusi Lamanšo sąsiaurį tarp Didžiosios Britanijos ir Prancūzijos. Beje, prancūzai ją sutiko su šampanu, o žurnalistai filmavo, fotografavo ir šnekino. Taip, Hilary gyvenimas nė kiek nepriiminė ankstesniojo – nuobodaus ir skausmingo... Jau iš tos pirmos kelionės Hilary išpešė tai, kas svarbiausia. Televizijų ir laikraščių sumokėtus pinigus ji panaudojo įkurti fondui, kuris kitiems neįgaliesiems finansuoja buriavimo pamokas. Būtent – suaugusiems neįgaliesiems, nes nepilnamečiams skiriama daug daugiau paramos ir dėmesio.

2007-aisiais Hilary per 11 valandų apiplaukė Vaito salą netoli pietinių Britanijos krantų. Dar kitais metais bandė apiplaukti visą šalį, bet sutrukdė prasti orai ir technikos gedimai. Ar pasidavė? Aišku, kad ne. 2009-aisiais gegužės 21 dieną startavo Plimute, po 3 mėnesių finišavo Duvre. 2014 metais trimaranu kartu su Omano buriuotoja per 9 dienas Arabijos jūra nuplaukė iš Mumbajaus (Indija) į Maskatą (Omanas). Pakeliui buriuotojos matė delfinų ir banginių, o skraidanti žuvis kartą sudavė Hilary per nosį. Gražiausia buvo naktį – abi tiesiog tylėjo ir gėrėjosi žvaigždėtu dangumi.

2015 m. moteriai į stuburą įsiuvo implantą, kuris buvo skirtas stuburo smegenims stimuliuoti. Siekta sumažinti jos patiriamą skausmą. Tačiau efektas buvo netikėtas: Hilary ėmė jausti rankas ir kojas! Galėjo paglostyti šunį, paimti sausainį. Deja, po 3 mėnesių stebuklas išgaravo lyg nebuvęs.

\*\*\*

Praėjusį rugpjūtį legendinė Hilary mirė. Jai buvo 46-eri. Kolegė per laidotuves sakė: „Hilary tikino, kad buriavimas jai suteikė sparnus. Štai ji ir išskrido.“

Pagal užsienio spaudą parengė  
Brigita BALIKIENĖ

## Žiniasklaidoje apie neįgaliųjų gyvenimą

### Odontologijos paslaugos neįgaliesiems

Jurgita Juškevičienė naujienų portale skrastas.lt rašo apie Šiauliuose veikiančią odontologijos kabinetą neįgaliesiems.

Prie odontologijos kabineto laukia joniškietė Danutė Navickienė. Į kliniką moteris su 21 metų sūnumi Domantu atvyko pirmą kartą. „Iš mamų, turinčių neįgalius vaikus, sužinojau, kad čia, Moters ir vaiko klinikoje, yra atliekamos tokios operacijos taikant bendrą nejautrą. Užsiregistravome rugpjūčio pabaigoje ir prieš Naujuosius metus gavome kvietimą atvykti“, – sakė moteris.

Mama pasakoja, kad Domanto negalia tokia, kad jis net jai neleidžia apžiūrėti jo dantų. Įprastame odontologo kabinete sūnus tik šiaip ne taip įkalbėtas leidžiasi, kad gydytoja patikrintų dantų būklę, tačiau jokių kitų procedūrų neleidžia atlikti. O taisyti reikia net šešis dantis. Moteris net neįsivaizduoja, kaip sūnui reikėtų sutaisyti dantis be narkozės.

Pernai odontologijos kabinete neįgaliesiems gydyti 447 pacientai. Dar prieš kelerius metus čia dirbo tik vienas odontologas ir eilėje tekdavo laukti apie pusantų metų. Jau keletą mėnesių kabinete dirba trys odontologai, tad eilės gerokai sutrumpėjo – reikia laukti apie mėnesį. Šiek tiek ilgiau gali tekti laukti suaugusiems psichinės negalios neįgaliesiems.

„Gydytojas odontologas per savo darbo dieną dantų sanacijai taikant bendrinę nejautrą priima vieną suaugusį pacientą, turintį psichinę negalią, nes

jiems dantų gydymo procedūra užtrunka žymiai ilgiau – valandą ar net iki dviejų valandų“, – aiškina Povilas Venckus, Vaikų chirurgijos, ortopedijos ir traumatologijos centro vadovas. Vienos procedūros metu dažniausiai sutvarkomi visi dantys. Pasitaiko labai „užleistų“ atvejų, ir vieno apsilankimo odontologijos kabinete neužtenka.

Kabinetas įkurtas 2011 metais. Iki tol Šiauliuose tokios paslaugos nebuvo teikiamos. Pacientams tekdavo vykti į Vilnių arba Kauną. „Tokio kabineto poreikis buvo didelis, jo prašė neįgaliųjų draugijos“, – sako Danutė Valodkienė, Vaikų chirurgijos, ortopedijos ir traumatologijos centro vyresnioji slaugos administratorė.

Šiame odontologijos kabinete paslaugos teikiamos ne tik neįgaliesiems (ir vaikams, ir suaugusiems), bet ir vaikams, kurie labai bijo odontologinių procedūrų, nepavyksta susitarti, o gydyti reikia nedelsiant.

„Svarbu, kad kuo daugiau žmonių žinotų, kad Šiauliuose teikiama tokia paslauga, nes netvarkant dantų, vystosi pūlingos komplikacijos“, – sako P. Venckus. Ūmios odontologinės ligos Šiauliuose kol kas negydomos. Tokiais skubiais atvejais, kai pacientas negali laukti nė dienos, tenka vykti į Kauno, Vilniaus ar Klaipėdos ligonines, kur pagalba teikiama ištisą parą.

## Edukacinės programos bibliotekoje

Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės–Bitės viešosios bibliotekos tinklalapyje [www.pavb.lt](http://www.pavb.lt) skaitome apie 2018 m. įgyvendintą Lietuvos Respublikos kultūros ministerijos finansuotą projektą, kuris skirtas didinti bibliotekų paslaugų prieinamumą socialinės ir fizinės atskirties gyventojams.

Projekto metu buvo pasirašyta bendradarbiavimo sutartis su Panevėžio Šv. Juozapo globos namais, kuriuose bibliotekos darbuotojai organizavo literatūrinius renginius, vyko poezijos skaitymai ir kiti kūrybiniai užsiėmimai.

Buvo sukurtos dvi naujos edukacinės programos, skirtos nedidelę fizinę negalią turinčių žmonių informaciniams, komunikaciniams ir komandinio darbo įgūdžiams gerinti.

Parengta robotikos edukacinė programa, kurios tikslas – supažindinti vaikus ir jaunuolius iki 16 m. su programavimo ir robotų konstravimo technika. Užsiėmimuose naudojama LEGO Mindstorm programinė įranga, kurią nesunkiai valdyti geba vaikai bei jaunuoliai, turintys aktyvumo ir dėmesio sutrikimą ar kitą lengvą fizinę negalią.

Robotikos edukacinės programos vyko ne tik Gabrielės Petkevičaitės–Bitės viešojoje bibliotekoje. Bibliotekos specialistai supažindinti jaunu-

liū su naujais konstravimo ir programavimo įranga vyko į Anykščių, Biržų ir Rokiškio viešąsias bibliotekas.

Vyresnio amžiaus vartotojams ir tiems, kurie nori tobulinti skaitmeninio turinio kūrimo įgūdžius, bibliotekos Vartotojų aptarnavimo skyriaus darbuotojai parengė kompiuterinės grafikos mokymų programą. Užsiėmimų metu dirbama su naujais stacionariais kompiuteriais, kurie sujungti su grafinėmis planšetėmis. Jomis piešti ir kurti sudėtingas grafines figūras gali ir asmenys, turintys fizinę negalią.

Lankytojai, jau spėję pamėgti bibliotekos II aukšte įsikūrusią edukacinę Pažinimo erdvę, sausio pabaigoje bus pakviesti į atnaujintą sensorinį kambarį. Sensorinė įranga padeda stimuliuoti jutimus ir susikurti gydomąją, mokomąją arba stimuliuojančią aplinką. Tikimasi, kad atnaujintas sensorinis kambarys bus mėgstamas ir specialiųjų poreikių turinčius vaikus auginančių tėvų, ir kitų bibliotekos lankytojų.





## Prie kūrybos šaltinio

# Kai žemę pupomis matavo

Iš rašomos trumpų pasakojimų knygos „Pepinai“

„Tarybinis artojas“ – taip vadinosi mūsų kolūkis. Kuo tas „tarybinis“ skiriasi nuo paprasto artojo, niekas nežinojo. Gal tuo, kad žemę vagojo rusiškais traktoriais, kurie dažniau stovėjo, negu arė? Naujai iškepti traktorininkai dirbti su tokia technika, o juolab ją taisyti, buvo dar neįgudę.

Asmeniniam naudojimui skirtą šešiasdešimties arų sklypelį, ilgainiui vadinamą tiesiog „arais“, žmonės, išsipašę iš kolūkio arklį, patys susiurdavo. Vieną kitą padargą – plūgą, akėčias, drapaką tebeturėjo pasislėpę. Tuose aruose galėjai užsiauginti bulvių, kitų daržovių, pasisėti miežių vištoms lesinti. Rūgių ar kviečių sėti neleido. Mat duona žadėjo aprūpinti kolūkis. Jeigu, žinoma, užderės.

Darbštūs žmonės įsigudrino tuos savo sklypelius pasididinti, vieną kitą ežią papildomai susiurę ar kiemo pakraštyje kelias lysves kastuvu sukasę. Kolūkio vadovybė, būdavo, siunčia komisiją tų arų permatuoti. Ši, neretai gerai pavaišinta, pro pirštus pažiūrėdavo į padidintą žemės plotelį.

Pasitaikydavo, kad žmonės gal iš pavydo, o gal norėdami valdžiai įsiteikti, vieni kitus paskusdavo. Kartą pro langą pastebėjome aplink mūsų sklypą žirgluojančią kaimynę ir kas žingsnį kažką imančią iš vienos kišenės ir dedančią į kitą. Kaip vėliau paaiškėjo, taip buvo dėliojamos pupelės. Paskui jas išbėrė ant stalo apylinkės valdžios atstovui, kad šis apskaičiuotų mūsų arus. Ji pati aritmetikos nemokėjo. O ir šiaip negi metrą pasiėmus vaikščios palaukėmis. Kas kita – pupelės.

Valdžia skirstė ne tik arus, bet ir ganyklas gyvuliams, šienavimo plotelius. Dažniausiai pagrioviuose, pakrūmėse – žemės ūkio technikai neprieinamose vietose. Gyvulių ir paukščių galėjai lai-

kyti tik nustatytą skaičių. Karvutė – tik vieną. Veršiuką – iki tam tikro laiko. Kartais jų suskaičiuoti atsilankydavo kolūkio valdybos sudaryta komisija.

Mano tėvai tų paukščių, o ypač žąsų, visada laikydavo daugiau, negu leidžiama. Vos tik tikrintojams pasirodžius kaime, mama liepdavo man ginti žąsis už krūmų ir nesirodyti, kol nekviesti svečiai paliks sodybą. Žąsys girgsėdamos traukdavo ten, kur žolė vešlesnė ar kolūkio avižos kelia nokstančias varpas. Širdis virpėdavo iš baimės, kad būsiu lyg vagilė sugauta nusikaltimo vietoje. Skruostai kaito iš gėdos vien įsivaizdavus, kaip aš stovėsiu prieš tuos žmones ir nežinosiu, ką sakyti, kai jie suskaičiuos žąsis. Laimei, manęs su tuo pulkeliu paukščių niekada nesurado. Gal ta komisija būdavo jau pavargusi, o gal nelabai ir stengėsi ieškoti. Užtat iki pat Kalėdų turėdavom paukštienos, o pusryčiams žąstaukių ant duonos užsitepti užtekdavo visus metus. „Tik kad tos duonos taip ūkininkaujant nepristigtų“, – baiminosi ne vienas. Ir ne be reikalo.

Kolūkiams vis labiau skurstant valdžia nutarė juos stambinti. Sužinojome, kad mūsiškį jungs su gretimumu – „Komunaru“. Ten gyveno pusė mūsų pradžios mokyklos mokinių. Todėl jungtinių dienų kartu su tėvais į mokyklos patalpas, kur turėjo tos iškilmės vykti, sugužėjome ir mes, vaikai. Buvo labai smalsu pažiūrėti, kaip tie kolūkiai jungsis.

Vyrai, kaip ir priimta tokia proga, slapčia išdažę buteliuką būriavosi apie mokyklą. Kažką tarpusavyje gyvai aptarinėjo, rodė vieni į kitus, juokėsi. Mūsiškiai pirmieji pasveikino svečius.

„Komunaro ilgos dipkos, jie

padaro kaip ant skripkos!“... – užplėšė balsingi artojai. Svečiai skolingi neliko. Trumpai pasitarę netrukus ir jie visa gerkle užtraukė: „O tarybinio artojo dar nepjautas vasarą!“

Vasarą tais metais iš tiesų liko nenupjautas. Iš rudens smarkiai lijo, po to anksti prisiugo ir dabar – vėlyvą rudėnį – iš po sniego liūdnam kėpsnį kuokštai nenuimto derliaus. Bet kolūkių jungtuvėms tai nesutrukdė. Žinoma, žmonės joms priešinosi. Ir vieni, ir kiti manė, kad kaimynai yra biednesni už juos. Kas gi norės prie tokių šlietis? Tik kad tų norų niekas nepaisė. Pavadinimą paliko mūsiškį – „Tarybinį artoją“. „Komunaras“ kaimo žmonėms suvis netiko. O ir skambėjo tas žodis šiurkščiai, netgi grėsmingai. Artojas, nors ir tarybinis, širdžiai artimesnis. Tik gaila, kad pačių artojų gyvenimas ir po tų jungtinių nepagerėjo.

Užtat mūsų tautosaka pasipildė šmaikščiais tuo laikmečiu sukurtais posmais. Žinia, mokykliniai vadovėliai citavo tokius naujausius liaudies kūrybos pavyzdžius, kokių niekas tuomet nekūrė: „Traktorėliai atbildėjo – visos ežios išdulkėjo“... Mūsų kolūkyje vyrai mėgo užtraukti: „Rėkia gaidys ir višta prie kolchozo pririšta“... arba: „Viskas liaudžiai, viskas tautai, kolchozninko nuogi pautai“... Grubokai, bet taikliai eiliavo žmonės. Jų sudėtą „perliuką“ dėl suprantamų priežasčių nerasime net to meto tautosaką tyrinėjusių profesorų rankraščiuose. O ir jų studentai per praktiką, jeigu ir surinko, tai labai nudailino tų tarybinių artojų žodinę kūrybą. Ir nebeliko joje tikrojo tuometinio gyvenimo pulso. O gaila.

Gražina DAUGINIENĖ  
Vilnius

## Konkursas

„Buvau į Lietuvą išėjęs...“



Nonetos Miliūnienės nuotr., Biržų r.

\*\*\*

Aš vakar viską išgalvojau –  
Žiogų melodijas pakrantėj  
Po lietaus,  
Ant liepos smilgų mums  
Paklotą guolį  
Ir pilnatį,  
Ir spindinčias žvaigždes

dangaus.

Tikrai. Tikrai aš viską  
išgalvojau,

Kad pasiteisint prieš save  
Man būt lengviau.

Kad padūmavusioj naktį  
Paskendę upės toliai

Tarsi popierinius laivus

Viltis skandintų, – pamaniau.

Tikrai aš šiandien viską

išgalvojau:

Save užaugusią ir Nemuno  
lankas,

Ir laužus pilyje.

Ir brolius naktigonėn išjojant,

Ir vėjo išpintas gelsvas kasas.

Tikriausiai ir save aš vakar

išgalvojau.

Gal nėr manęs tokios –

Kartais pakvaišusios,

Kartais labai liūdnos,

Kartais kaip raganos ant

šluotos,

Kartais beprotiškai naivios...

Tikėk –

Aš vakar viską išgalvojau...

Tad būk ramus

Ir dėl manęs nesuk galvos.

## Liaudies kūrybos motyvų pynė

Tris darbus atlikau:

Pakulų kuodelį suverpiau,

Rėty pyragą kepiau,

Kurpes seniai sunėšiojau.

Ir ne vienerias...

Vėjelis pūtė, bangeles nešė,

O laivelio iš svečios šalėlės

Neatplukdė, neatnešė.

Palei Nemunėlį vaikščiojau,

Baltas rankeles mazgojau,

Pradalgėj motulės sūnaitėlį,

Laumių čiūčiuojamą,

Suradau, suradau.

Vėlei tris darbus padariau:

Kuodelius verpiau,

Pyragus kepiau,

Kurpes, ir ne vienerias,

Sunešiojau.

Sūnelį karan palydėjau...

Kalne duobelę prastovėjau...

Parlėkė žirgelis ir

ataprunkšnojo –

Jauną kareivėlį gailiai

Apraudojau.

Devynis rytus miglužė eisiu,

O tą dešimtą –

Kuodelį verpsiu,

Rėty pyragą kepsiu

Ir vėlei klumpėm avėsiu...

\*\*\*

Vėjas tyčia išpynė kasas –

Dabar plaikstos jos saulėj

palaidos.

Basos kojos išmynė rasas –

Landūs pirštai palies sielos

randus.

Ir nubėgs... Ir nubėgs virpulys

Visu kūnu... toks išsigandęs...  
Vėlei plaikstys kasas rytys.  
Vėlei debesys plauks padange  
Tokie mėlyni. Tokie šalti...  
Pasijusime vėlei kalti –  
Lyg vaikai, duotą žodį sulaužę.

\*\*\*

Šiņnakt tokia žvaigždėta naktis  
Ir delčia lyg mergaitė,  
Iš pieno išplaukus.

Ar girdi, ar mane tu girdi?

Ar matai vėjo draikomas

plaukus?

Šiņnakt tokia žvaigždėta

naktis –

Tyliai virkauja pievoj cikados,

Tyliai plakas į krantą vilnis

Ir nurimsta lyg draugą atradus.

Šiņnakt tokia žvaigždėta

naktis...

Meldai šnara – lyg pasaką

sektų.

Ar jauti, ar palaimą jauti?

Krinta žvaigždės,

Kad aušrą uždegtų...

\*\*\*

Atsiprašau – suklydau

Ir klaikių sumaištį aš palikau

Tavuos delnuos.

Tą suklydimo skausmą

Tiktai laikas gydo.

Aš nuodėmėn įbridusi jaučiuos.

Per gilų, klampų

Spalio rūką

Aš į tave iriuos

Paskendusį apmąstymuos

giliuos,

Vien tiktai tam,

Kad tau ištarčiau

Vieną žodį,

Kuris sudės visus taškus,

Kels sumaištį tavuos jausmuos.

Ir violetas vakaro nuplaukia

Tamsėjančiu iš nevilties

dangum...

Atsiprašau – tikrai suklydau...

Bet tik apvalius savo sielą

Aš vėl jaučiuos žmogum.

## Linksmas performansas bobų vasarai

O bobų vasara –

Kvatoklė ir nerūpestinga –

Pažyra tūkstančiais

Kaštonų ir spalvų,

O vėjui gal šiek tiek

Drovumo stinga –

Aplėbęs drebulę aistringai

Staiga jis nusišypso

Šermukšnelei –

Lieknutei ir stilingai –

Ir basas nulekia

Su bobų vasara

Per pievas toks laimingas...

Kvatoklė,

Nusimetus ploną šydą debesų,

Sušunka vėjui

IŠEINU...

Nuraškius keletą žvaigždžių,

Surinkusi spalvas klevų,

Nusišypsojus saulėtu šypsniu

Išaina bobų vasara..

Palauk! Ir aš kartu!

Vilija DOBROVOLSKIENĖ

Elektrėnai

Viešoji įstaiga  
Steigėja – LND

**Bičiulystė**

Adresas laiškam: „Bičiulystė“, Saltoniškių g. 31 (401 kabinetas), 08105 Vilnius

Tel./faks. (8-5) 275 1934. El. p. [redakcija@biciulyste.lt](mailto:redakcija@biciulyste.lt)

[www.biciulyste.lt](http://www.biciulyste.lt)

Gerbiami skaitytojai, laiškuose redakcijai nurodykite visą savo vardą ir pavardę, tikslių adresą ir telefono numerį. Už skaitytojų kronikines žinutes, laiškus, nuotraukas bei eilėraščius, išspausdintus šiame savaitraštyje, nemokama. Dideli rašiniai trumpinami redakcijos nuožiūra. Nuotraukos ir rankraščiai negražinami, nesaugomi. Neįgalųjų asmeniniai skelbimai spausdinami nemokamai (redakcijoje asmeniškai pateikus neįgaliojo pažymėjimą ar atsiuntus jo kopiją).

Laikraštyje spausdinamų straipsnių bei laiškų autoriai išsako savo, o ne redakcijos nuomonę.

Redaktorė Aldona MILIEŠKIENĖ

Leidinio indeksas 67325. Tiražas 2200 egz.

Ofsetinė spauda. 2 sp. l. Spausdino

UAB „Respublikos“ spaustuivė, Vilnius